

第3章

現状把握等

第3章 現状把握等

1. アンケート調査の実施概要

(1) アンケートの目的・方法

市町村及び社協におけるケアラー支援の取組状況・考え方・課題認識等について把握するため、アンケートを実施した。自治体については多摩・島しょ地域39市町村の企画担当部門へ調査票をメール送付し、必要に応じて関係課に内容を確認いただく形式で実施し、社協については社会福祉法人東京都社会福祉協議会へ調査票を送付し、多摩・島しょ地域39市町村の社協へ展開し回答いただく形式にて実施した。

図表 3-1：自治体アンケート概要

調査対象	多摩・島しょ地域39自治体
主な調査項目	<ul style="list-style-type: none"> ケアラーへの支援施策の取組状況、内容、課題 ケアラーへの支援における連携の状況
実施時期・調査方法	2022年8月 メールによる配布・回収
回収状況	39自治体 回収率100%

図表 3-2：社会福祉協議会アンケート概要

調査対象	多摩・島しょ地域39市町村の社会福祉協議会
主な調査項目	<ul style="list-style-type: none"> ケアラーへの支援施策の取組状況、内容、課題 ケアラーへの支援における連携の状況
実施時期・調査方法	2022年8月 メールによる配布・回収
回収状況	29件 回収率74.4%

都内のケアラーの実態を把握するため、ケアラー、ヤングケアラーの定義に該当する15歳以上の都内在住者約1,000名を対象として都内在住のケアラーアンケート調査（以下、ケアラー調査という）を行った。

図表 3-3：都内在住のケアラーアンケート概要

調査対象	ケアラーの定義に該当する15歳以上の都内在住者約1,000名
主な調査項目	<ul style="list-style-type: none"> 回答者属性 家族等のケアの状況（ケアの対象者/内容/頻度・期間、相談状況、学業や仕事への影響、行政等の支援策の認知度等） ケアラー支援についての意見や要望等
実施時期・調査方法	2022年9月 ウェブアンケート調査形式
回収状況	1,007件

(2) 集計・分析結果に関する留意点

- 図表中の n はその設問の回答者数を、「SA」は単一回答を、「MA」は複数回答、「FA」は自由記述回答を指す。
- 自由記述式の設問の回答については、回答者が特定されないように回答内容の抜粋・加工を行っている場合がある。
- 集計にあたり四捨五入の関係等で単一回答の設問について各選択肢の回答割合の合計が100%でない場合がある。
- 自治体調査及び社会福祉協議会調査においては、回答数が限られるため、調査結果のグラフでは各選択肢の回答数及び回答割合を併記している。一方、ケアラー調査においては、回答数が多いためグラフ内では回答割合のみを記している。
- ケアラー調査は、ウェブアンケート調査形式にて実施したため、インターネット環境の整った人が回答対象となっている点には留意が必要である。
- ケアラー調査は、ヤングケアラーは「18歳未満」との定義を採用しているが、15歳未満はウェブアンケート調査で回答者数を確保することが難しい、大人と同じ設問で実態を把握することが難しい等の理由から、今回は15歳以上の人を調査対象としている。

2. 自治体アンケート結果

(1) 調査結果のポイント

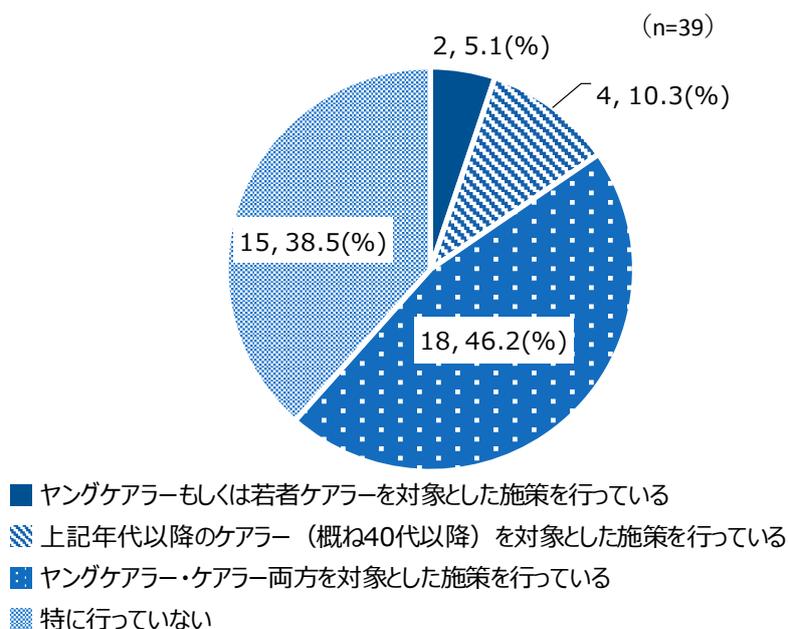
- 多摩・島しょ地域のうち、ヤングケアラーやケアラーに対する支援を実施していると回答した自治体は24自治体であった。
- 多摩・島しょ地域のうち、施策としては、「相談窓口の設置」、「集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置」について取り組んでいると回答した自治体は18自治体であった。「啓発・広報活動の実施」についても17自治体に取り組んでいる。
- ケアラー支援の課題は、「支援ニーズの把握が困難である」、「支援ニーズが多様であり、対応が難しい」の回答の割合が最も高かった。
- ケアラーへの支援施策を行っていないと回答した自治体に対し、行っていない理由を聞いたところ、「対応するための財源がないため」の回答の割合が最も高かった。
- ケアラーへの支援施策を行っていないと回答した自治体に対し、今後の取組予定を聞いたところ、「今後検討する」が5自治体、「わからない」が8自治体であった。

(2) 調査結果

設問1. ケアラー支援施策の実施状況

多摩・島しょ地域のうちヤングケアラーやケアラーに対する支援を実施していると回答した自治体は24自治体であった。そのうち、「ヤングケアラー・ケアラー両方を対象とした施策を行っている」自治体の割合が最も高い。

図表 3-4：ケアラー支援施策の実施状況【SA】



地域別にみると、島しょ地域以外では、いずれかの施策を行っている割合（＝「特に行っていない」以外）が60～100%となっている。

島しょ地域では全自治体が「特に行っていない」と回答しているが、ケアラー支援を明示的に打ち出しておらずとも、地域コミュニティの中でケアラーについて把握している可能性がある点には留意が必要である。（後述の設問8にてケアラー支援施策を行っていない理由について聞いたところ、「対応するための財源がないため」「対応するための人手が足りないため」「担当部署が決まっていないため」等他地域でも見られたとの回答をした自治体がある一方で、自由記述にて「小規模自治体のため事例があった場合は随時対応を行っている」、「民生委員等が機能している」等の回答もあった。）

図表 3-5：ケアラー支援施策の実施状況（地域別）【SA】

(n=39)

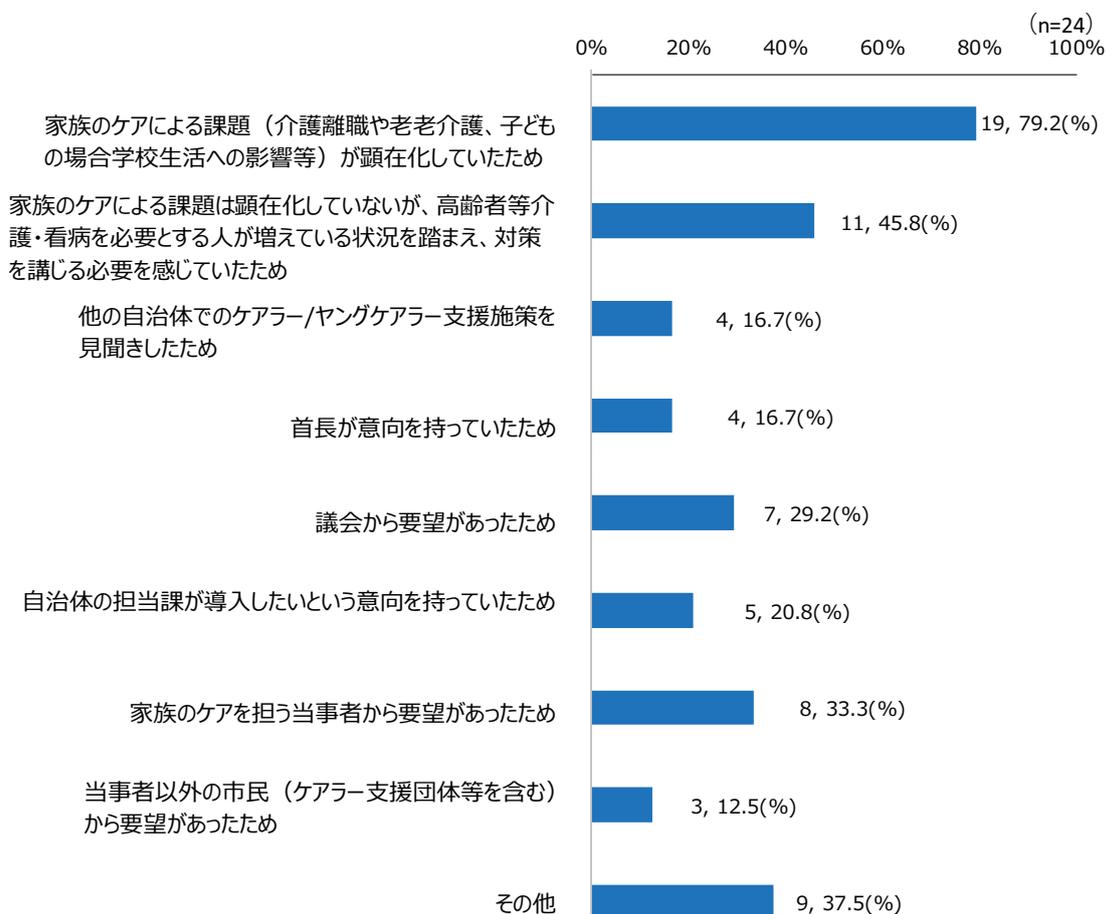
	n数	ヤングケアラーもしくは若者ケアラーを対象とした施策を行っている	上記年代以降のケアラー（概ね40代以降）を対象とした施策を行っている	ヤングケアラー・ケアラー両方を対象とした施策を行っている	特に行っていない
北多摩南	6	0.0%	16.7%	83.3%	0.0%
北多摩北	5	20.0%	20.0%	60.0%	0.0%
北多摩西	6	16.7%	0.0%	50.0%	33.3%
南多摩	5	0.0%	0.0%	60.0%	40.0%
西多摩	8	0.0%	25.0%	50.0%	25.0%
島しょ	9	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

北多摩南	…武蔵野市・三鷹市・府中市・調布市・小金井市・狛江市
北多摩北	…小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市
北多摩西	…立川市・昭島市・国分寺市・国立市・東大和市・武蔵村山市
南多摩	…八王子市・町田市・日野市・多摩市・稲城市
西多摩	…青梅市・あきる野市・福生市・羽村市・瑞穂町・日の出町・奥多摩町・檜原村
島しょ	…大島町・利島村・新島村・神津島村・三宅村・御蔵島村・八丈町・青ヶ島村・小笠原村

設問2. ケアラー支援施策を行っている背景・経緯

ケアラーへの支援施策を行っている背景・経緯は、「家族のケアによる課題（介護離職や老老介護、子どもの場合は学校生活への影響等）が顕在化していたため」の回答の割合が最も高く、次いで「家族のケアによる課題は顕在化していないが、高齢者等介護・看病を必要とする人が増えている状況を踏まえ、対策を講じる必要を感じていたため」となっている。

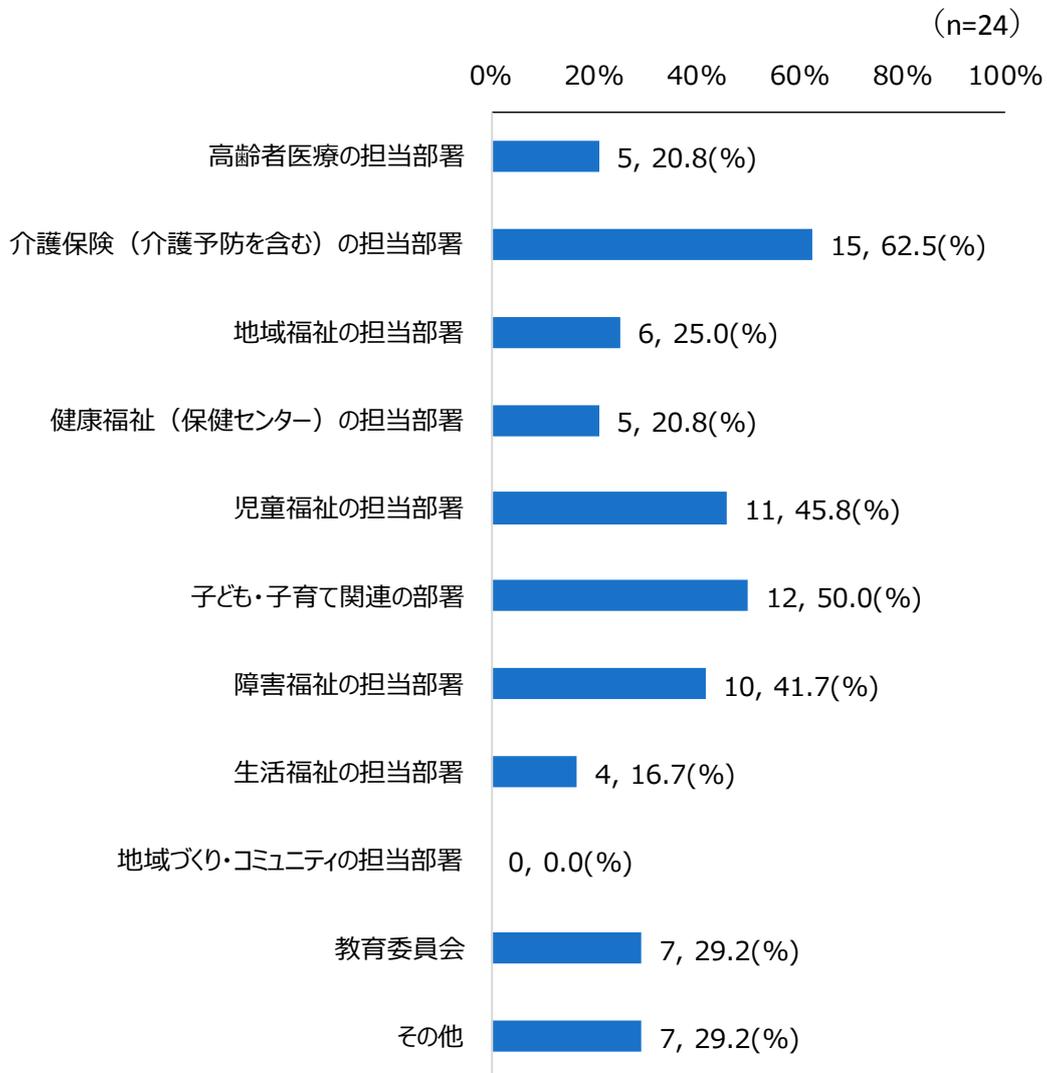
図表 3-6：ケアラー支援施策を行っている背景・経緯【MA】



設問3. ケアラー支援施策を行っている部署

ケアラーへの支援施策を行っている部署は「介護保険（介護予防を含む）の担当部署」、「子ども・子育て関連の部署」が多い。

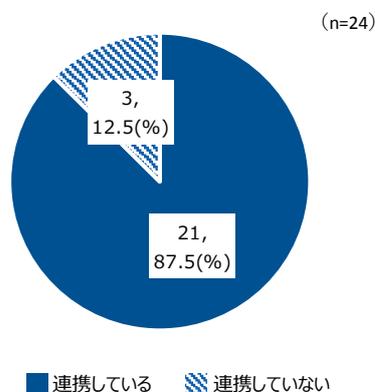
図表 3-7：ケアラー支援施策を行っている部署【MA】



設問4. 外部機関との連携

外部機関と連携をしているとの回答は21自治体であった。

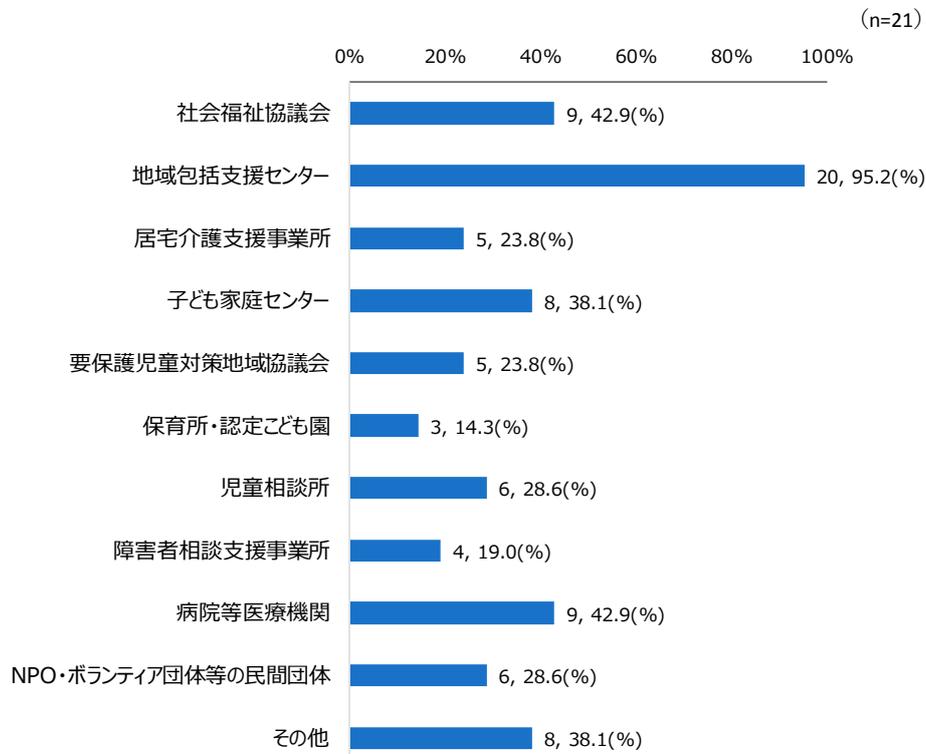
図表 3-8：外部機関との連携【SA】



設問5. 連携先

ケアラー支援を実施している自治体のうち、20自治体が地域包括センターと連携しており、最も多い。そのほかでは社会福祉協議会、病院等医療機関、子ども家庭支援センターが連携先になっている自治体が多い。

図表 3-9：連携先【MA】



設問 6-1. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (1) 調査・体制整備について
 ※施策実施割合は、母数を対象となる自治体の全数 (n=39) としている。

●実施状況

「実態に関する調査」は、11自治体が行っている。「新規部署を設置」と回答した自治体はなかった。

●対象としているケアラーの年代

「会議体を設置」では主にヤングケアラーを対象にしたものが多かった。

図表 3-10：調査・体制整備について

施策名	実施割合 (n=39)	実施自治体数	実施状況に関する内訳				
			対象者 (MA)			他機関連携 (MA)	
			ヤング	若者	左記以外	有	無
実態に関する調査	28.2%	11	5	2	7	5	7
条例の制定	0.0%	0	0	0	0	0	0
会議体 (複数の部署が連携) を設置	15.4%	6	6	1	1	3	3
新規部署を設置	0.0%	0	0	0	0	0	0
【上記施策に関する自由記述 抜粋】 〈実態に関する調査〉 ・第8期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定のための在宅介護実態調査で、介護負担や介護離職等、介護者の状況について実態把握を行っている。令和4年度においても第9期計画策定のための同調査で介護者の状況についての実態及び経年変化を把握予定。 ・地域福祉計画の改定に合わせて実施した市民意識調査の中で、高齢者・障がい者のケアラーの実態調査を行った。 ・ケアラーを支えるグループ・包括・介護事業所に対し、希望する支援・困っていること・相談回数・相談内容・潜在ニーズなどの調査。 ・全市立小・中学校にヤングケアラーの実態把握のためのアンケートを実施した。調査の結果、対象の児童・生徒に対し、個別に対応した。 ・要保護児童対策地域協議会ケース台帳内のヤングケアラー実態、障害福祉に関する調査。							
〈会議体 (複数の部署が連携) を設置〉 ・重層的支援体制整備事業の社会福祉法第106条の6に規定された支援会議において、会議の構成員に対する守秘義務を設け、構成員同士が安心して複雑化・複合化した課題を抱える相談者に関する情報の共有等を実施している。 ・認知症家族サロン実施事業 認知機能の低下がみられる者とその介護者が気軽に交流でき、認知症に関する様々な相談等を行う常設の認知症家族サロンを設置し、ヤングケアラーを含む介護者の負担感の緩和や、認知症を発症しても安心して生活することができる支援環境を整備している。常設の認知症家族サロン以外にも市内にいくつもの「家族介護者の会」があり、その代表が集まって情報交換をする会議がある。 ・庁内のヤングケアラーに関わる部署での庁内連絡会を実施。年度内に研修会を実施予定。 ・ヤングケアラー支援に関する支援策等 (実態調査の方法・項目を含む。) を検討するため、学識経験者や社会福祉協議会及び庁内関係部署から構成される検討会を立ち上げている。検討会において、「基本方針 (案)」取りまとめる予定である。 ・健康部、福祉部及び子ども家庭部並びに教育部の相談支援に関する業務の総合調整等を行い、福祉に関する相談窓口の総合的な運営を図っている。							

設問 6-2. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (2) ケアラー本人向け施策について
 ※施策実施割合は、母数を対象となる自治体の全数 (n=39) としている。

●実施状況

「相談窓口の設置」、「集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置」は18自治体が行っている。

●他機関との連携状況

「集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置」に取り組んでいる自治体は「他機関と連携」と回答している割合が高い。

図表 3-11：ケアラー本人向け施策について

施策名	実施割合 (n = 39)	実施自治体数	実施状況に関する内訳				
			対象者 (MA)			他機関連携 (MA)	
			ヤング	若者	左記以外	有	無
相談窓口の設置	46.2%	18	14	13	17	11	8
集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置	46.2%	18	10	12	17	13	3
就職支援を実施	2.6%	1	0	1	1	1	0
<p>【上記施策に関する自由記述】</p> <p>〈相談窓口の設置〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケアラー支援事業委託先において相談窓口を設置し、電話及び対面での相談を受け付けている。総合福祉センターにおいて、臨床心理士等の相談支援事業を実施。 ・市のHP上にヤングケアラーに関するページを作成し、相談先として子ども家庭支援センターを記載した。包括支援センターで相談を受け付け、相談内容に応じて、市の事業の紹介等を行っている。 ・重層的支援体制整備事業の重点対象者として「ヤングケアラー」を位置づけ、相談を受け付けている。 <p>〈集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・認知症家族サロン実施事業：認知機能の低下がみられる者とその介護者が気軽に交流でき、認知症に関する様々な相談等を行う常設の認知症家族サロンを設置し、介護者の負担感の緩和や、認知症を発症しても安心して生活することができる支援環境を整備している。 ・若者総合相談センターでは、利用者が好きな時間を過ごすことができるフリースペースがある。 ・地域支援事業の任意事業うち家族介護支援事業として地域包括支援センターへ委託し、地域毎に年6回実施。家族介護者同士が悩みを話すピアサポートの側面と地域包括支援センター職員や家族介護者OBに相談できる場として運営している。 ・若年性認知症を対象とした当事者、介護者の会、介護をする息子、娘を対象とした家族会ペアレントメンター事業、ピアカウンセリング事業の実施。 <p>〈就職支援を実施〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仕事と介護の両立のためのセミナー・相談会を開催。ハローワーク、社会保険労務士、地域包括支援センター、認知症家族サロン、認知症疾患医療センター共催。 ※若者ケアラー、概ね40歳以上のケアラー対象 ・若者総合相談センターでは、就労を希望する方に対して、併設している若者サポートステーションを紹介している。また、本市では若年無業者就労促進事業を実施し、若者サポートステーションの支援対象外である主婦や学生等も同様の支援が受けられるようにしている。 							

設問 6-3. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (3) ケアラー支援者向け施策について
 ※施策実施割合は、母数を対象となる自治体の全数 (n=39) としている。

●実施状況

「啓発・広報活動の実施」は、17自治体が行っている。

●対象としているケアラーの年代

「自治体職員を対象とした研修の実施」「専門職(自治体職員以外)を対象とした研修の実施」
 「啓発・広報活動の実施」ともヤングケアラーを対象としている自治体が多い。

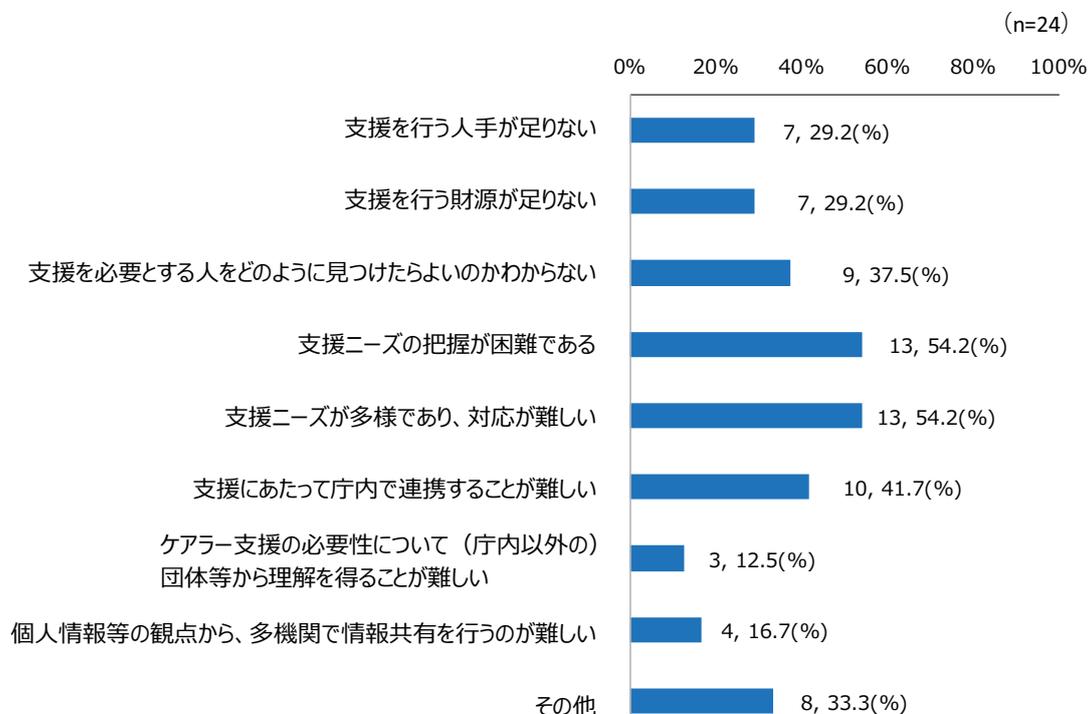
図表 3-12：ケアラー支援者向け施策について

施策名	実施割合 (n = 39)	実施自治体数	実施状況に関する内訳				
			対象者 (MA)			他機関連携 (MA)	
			ヤング	若者	左記以外	有	無
アセスメントシートの作成/活用	5.1%	2	1	2	1	0	2
自治体職員を対象とした研修の実施	12.8%	5	5	2	2	4	3
専門職 (自治体職員以外) を対象とした研修の実施	15.4%	6	5	4	3	4	3
啓発・広報活動の実施	43.6%	17	15	7	10	8	8
【上記施策に関する自由記述】							
〈アセスメントシートの作成/活用〉 ・若者総合相談センターでは、利用者ごとにアセスメントシートを作成し、相談員間での情報共有や支援方法の相談に活用している。 ・障害福祉サービス申請時の調査を活用し、支援の必要なケアラーを把握している。							
〈自治体職員を対象とした研修の実施〉 ・ヤングケアラーの支援についての講演会を一般市民、関係機関向けに実施。また、この講演会を職員研修としても位置付けた。 ・職員がダブルケアについての認知度向上や理解促進を図ることで、問題を抱えた市民に対してより適切な対応を行うことができるよう、外部講師による「ダブルケアサポート研修」を実施した。(自治体職員、専門職共通) ・在宅医療相談窓口において、多職種連携研修を実施している。(自治体職員、専門職共通) ・民生委員を対象としたヤングケアラーに関する研修 (元ヤングケアラーが代表を務める支援者団体が講師) に、市職員も参加した。 ・外部機関の講師による研修の実施、子ども家庭支援センターが講師となった教育委員会と教員向けの研修の実施。							
〈専門職 (自治体職員以外) を対象とした研修の実施〉 ・障害により関わりが難しいと感じる家族支援 (社会福祉協議会とケアマネジャーの連携実践) に関する研修実施。 ・ケアプラン指導研修 (対象：ケアマネジャー、地域包括支援センター)。 ・地域包括支援センターと障害分野の相談支援機関に出向いた講義。							
〈啓発・広報活動の実施〉 ・計画相談事業所、ケアマネジャー事業所、民生委員の会議における啓発用リーフレットの配布・説明。 ・ケアラー支援事業委託先においてケアラー支援事業のリーフレットの作成・配布。総合福祉センターにおいて、障害や障害者の介護に関する講座等を実施している。 ・市内小中高校への啓発場体の配布 (SOSカード、ポスター、リーフレット等)。(複数自治体で実施) ・子ども達に対する啓発も兼ねた小・中学生向けの実態調査実施。市HPにヤングケアラー支援に関する取組についてのページを作成・公開予定。 ・一般市民向けの外部機関の講師による講義及びワークショップ、小中学生及び保護者向けチラシの配布、子ども食堂等へのチラシの配布。 ・高齢者福祉に関する情報等をまとめた冊子、認知症高齢者等を介護するケアラー支援マップ等の作成。(複数自治体で実施) ・地域包括支援センターが中心となり、在宅で高齢者を介護している家族や介護に関心のある方などを対象に、家庭で介護していく上で役立つ介護や病気の知識、介護保険や福祉サービスの利用の仕方などを学ぶ介護教室を開催している。 ・市民対象に「介護者の心の健康を保つポイント」を認知症疾患医療センターと連携して実施、「知ってもらいたい入院から退院までのおはなし」を市内医療機関と連携して実施。							

設問7. ケアラー支援の課題

ケアラー支援の課題は、「支援ニーズの把握が困難である」、「支援ニーズが多様であり、対応が難しい」の回答数が最も多く、それぞれ13自治体であった。

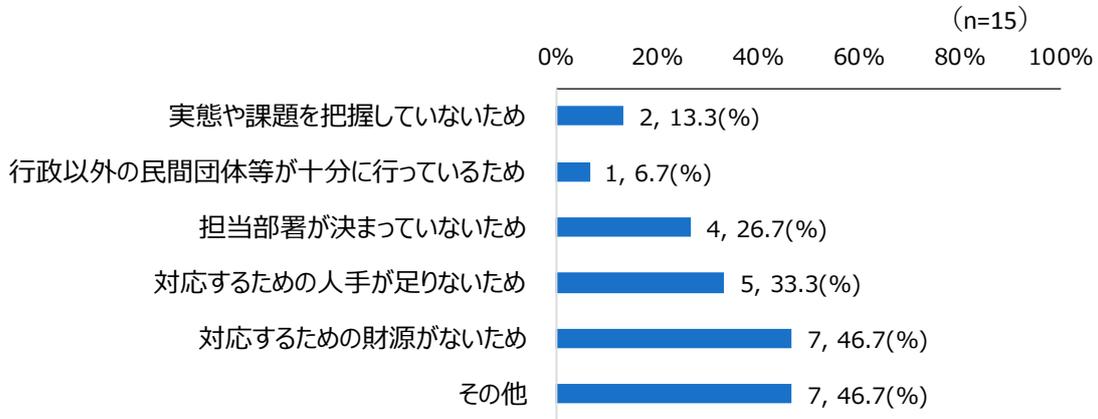
図表 3-13：ケアラー支援の課題【MA】



設問 8. ケアラーへの支援施策を行っていない理由

設問 1 でケアラーへの支援施策を行っていないと回答した自治体に対し、理由を聞いたところ、「対応するための財源がないため」「その他」の回答数が最も多い。

図表 3-14：ケアラーへの支援施策を行っていない理由【MA】

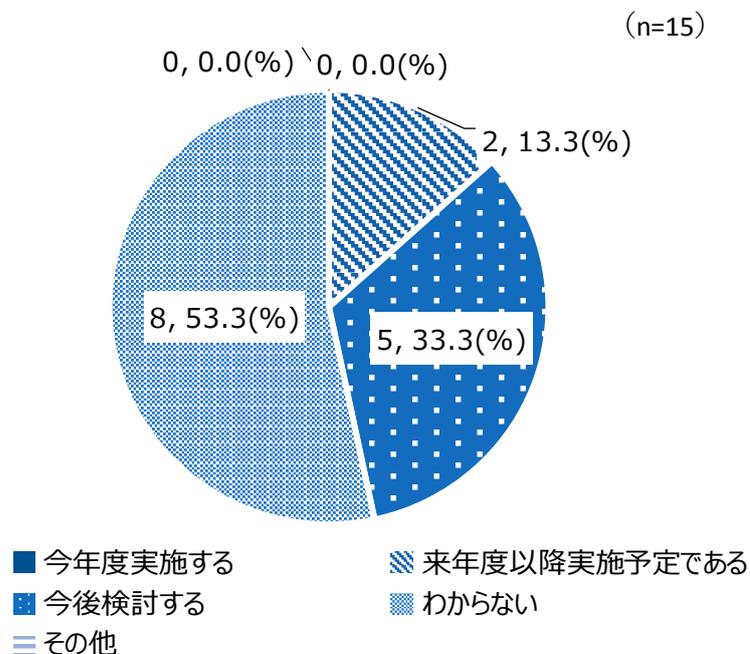


「その他」の自由記述
各部署で家族等介護者支援を行っているため。
支援策について庁内複数部署で連携して検討中のため。
全住民の実態は把握できている上で、支援の必要はないと判断している。
小規模自治体であり、住民同士の助け合いの文化や民生委員等の機能が構築されており課題となっていないため。
ケアラーに特化した施策は行っていないが、各福祉分野（児童・障害・高齢者等）で事例があった場合は随時対応を行っている。
小さい自治体なので事案となりそうな情報提供があれば、各担当部署で対応しているのが現状であるため。
福祉部門において高齢者、児童、障害者本人、家族を把握しており、それぞれ必要があればすぐに関係機関で情報を共有することができるため。

設問9. ケアラーへの支援施策を今後行う予定

設問1でケアラーへの支援施策を行っていないと回答した自治体に対し、今後の取組予定を聞いたところ、「今年度実施する」は0自治体、「来年度以降実施予定である」が2自治体、「今後検討する」が5自治体、「わからない」が8自治体であった。

図表 3-15：今後の取組予定【SA】



3. 社会福祉協議会アンケート結果

(1) 調査結果のポイント

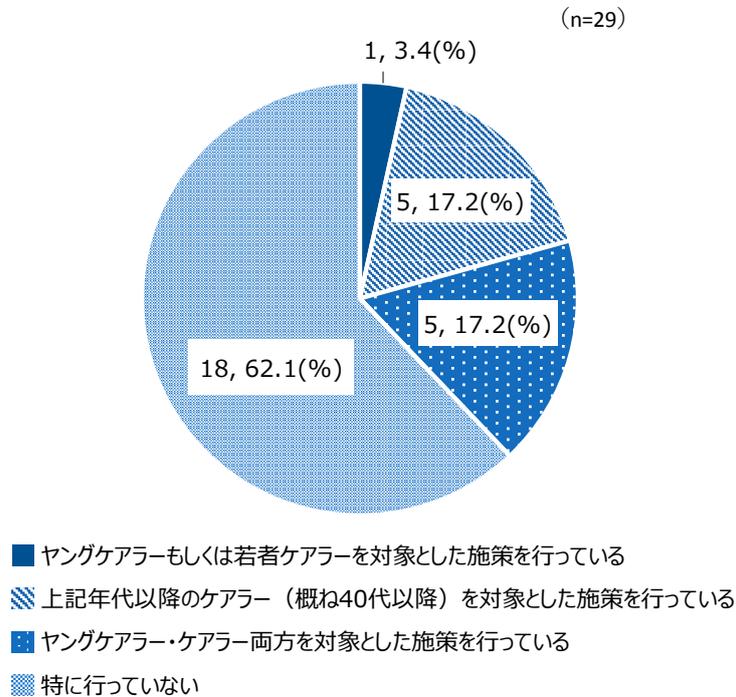
- 回答のあった社協において、ケアラー支援を実施していると回答した社協は11団体であった。
- 施策として、「相談窓口の設置」、「集いの場（当事者同士の相談・語らいの場）を設置」については、7団体が取り組んでいる。
- ケアラー支援の課題は、「支援ニーズが多様であり、対応が難しい」が8団体、次いで「支援ニーズの把握が困難である」「支援を行う人手が足りない」がいずれも6団体が回答した。
- ケアラーへの支援施策を行っていないと回答した社協に対し、今後の取組予定を聞いたところ、「今年度実施する」は1団体、「今後検討する」が5団体、「わからない」が9団体であった。

(2) 調査結果

設問1. ケアラー支援施策の実施状況

回答のあった計29の多摩・島しょ地域の社協のうち、ケアラーの年齢を問わず何かしらケアラー支援を実施しているのは11団体である。

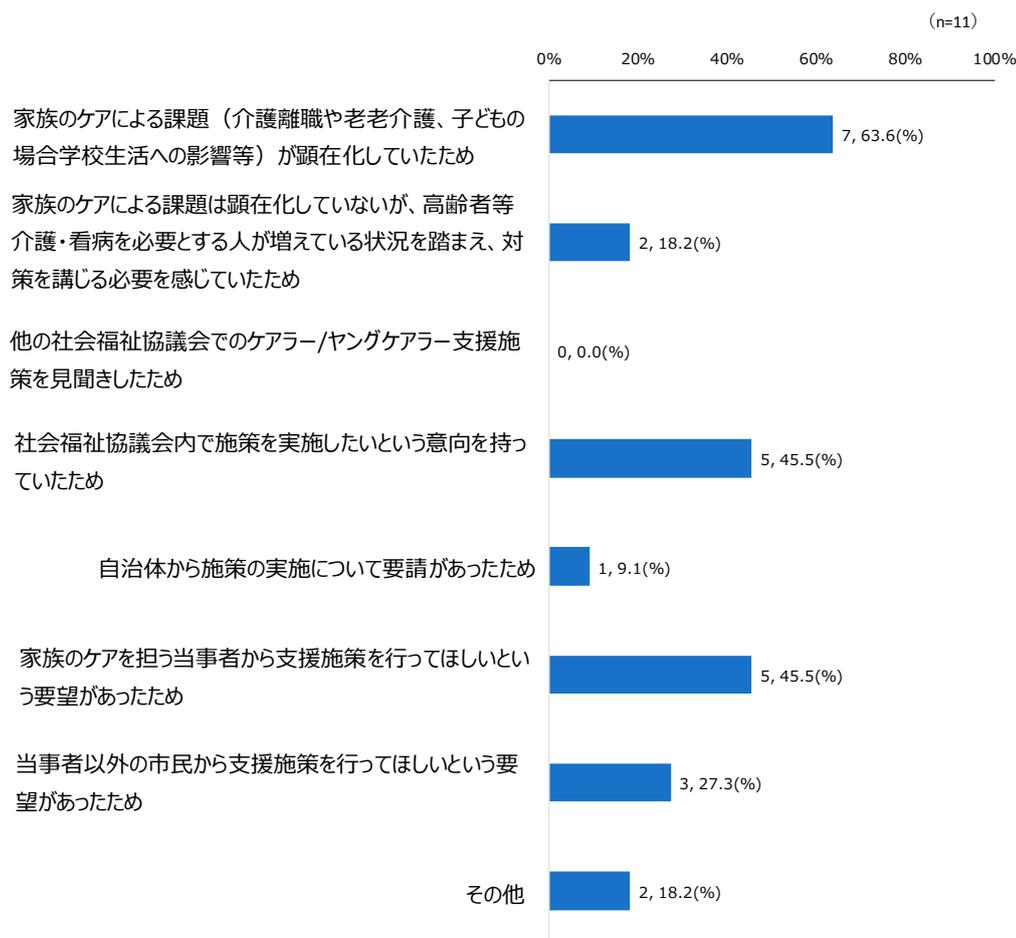
図表 3-16：ケアラーへの支援施策の実施状況【SA】



設問2. ケアラー支援施策を行っている背景・経緯

ケアラーへの支援施策を行っている背景・経緯は、「家族のケアによる課題（介護離職や老老介護、子どもの場合学校生活への影響等）が顕在化していたため」が最も多く7団体であった。次いで「社会福祉協議会内で施策を実施したいという意向を持っていたため」及び「家族のケアを担う当事者から支援施策を行ってほしいという要望があったため」がいずれも5団体となっている。

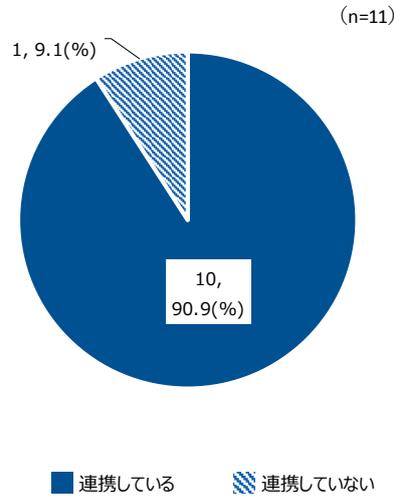
図表 3-17：ケアラー支援施策を行っている背景・経緯【MA】



設問3. 外部機関との連携

外部機関と「連携をしている」との回答は10団体であった。

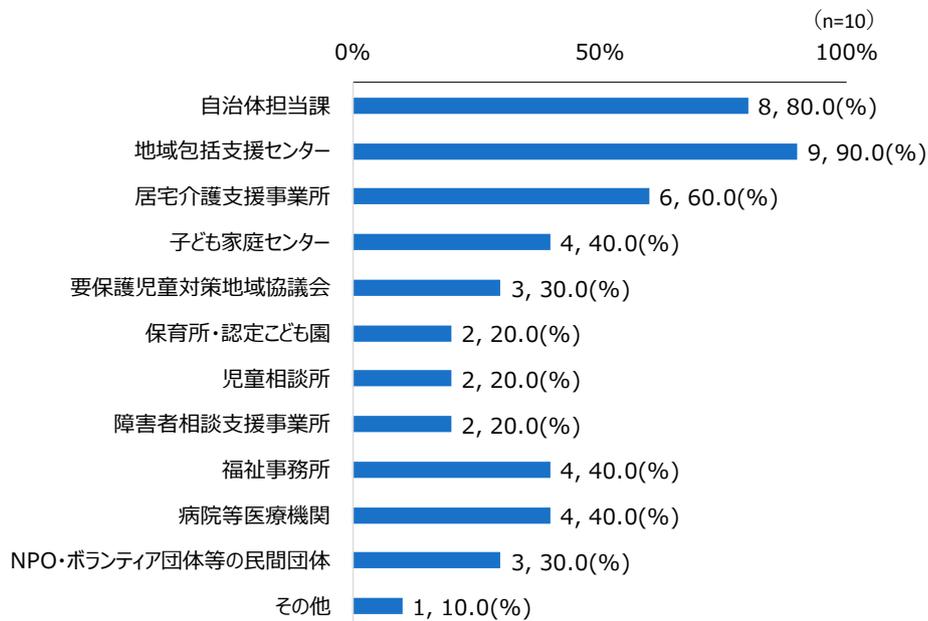
図表 3-18：外部機関との連携の有無【SA】



設問4. 連携先

連携している外部機関は、最も多かったのは「地域包括支援センター」（9団体）であり、次いで「自治体担当課」（8団体）、「居宅介護支援事業所」（6団体）であった。

図表 3-19：連携先【MA】



設問 5-1. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (1) 調査・体制整備について
 ※施策実施割合は、母数を回答のあった社協の全数 (n=29) としている。

●実施状況

「支援のための会議体の設置」が最も多く 4 団体、次いで「支援のための部署を設置」が 3 団体であった。

●対象としているケアラーの年代

「部署の設置」は全世代を対象とするケースが複数見られる。

●自治体との連携状況

「部署の設置」は実施している全団体において自治体と連携していない。

図表 3-20：調査・体制整備について

施策名	回答のあった社会福祉協議会における各施策の実施割合 (n=29)	実施社協数	実施状況に関する内訳				
			対象者 (MA)			自治体連携 (SA)	
			ヤング	若者	左記以外	有	無
実態に関する調査	3.4%	1	0	0	1	1	0
支援のための会議体の設置	13.8%	4	1	1	3	3	1
支援のための部署を設置	10.3%	3	2	2	3	0	3

【上記施策に関する自由記述 抜粋】

〈実態に関する調査〉

- ・地域福祉活動計画策定において、支援を必要と考えられる層や、小学 6 年生、支援機関等を対象とした調査を実施した。調査は地域福祉全般に関するものであり、ケアラーの実態のみを把握するものではないが、設問の一部に家族の介護や世話についての項目を設け、実態の有無を把握し、計画策定につなげていこうとするものである。

〈支援のための会議体の設置〉

- ・地域住民からヤングケアラー支援について話したいとの相談があったことがきっかけで、地域で何が出来るかを検討する場を設置した。
- ・社会福祉協議会の担当する地域包括支援センターのエリアにおける第 2 層協議体内で、地域で孤立しがちな男性に関する困りごとについて協議。男性介護者の孤立化を課題としてとらえ、プロジェクト化して協議を開始した。
- ・地域の課題を地域で解決するための仕組みの一つとして協議会立上げの推進を行った。また、協議会の立上げ・運営支援（地域支援）と家族・個人を支援（個別支援）する地域福祉コーディネーター（生活支援コーディネーター兼務）を 11 圏域に配置し、相談支援を実施している。

〈支援のための部署を設置〉

- ・重層的支援体制整備事業における包括的相談支援事業・地域づくり事業として実施。
- ・「有償在宅福祉サービス事業（市内に住む概ね 60 歳以上の方及び心身に障害のある方でサービスが必要とする方が対象）」を開始し、サービスを利用される方を「利用会員」、サービス提供に協力する方を「協力会員」とし実施。サービス内容は、訪問・電話・来所相談、家事サービス、介護サービス、家庭支援サービス、食事サービス、生きがいづくりサービス等を行っている。
- ・2020 年 10 月からは包括的支援体制整備に基づく福祉総合相談窓口を設置。

設問 5-2. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (2) ケアラー本人向け施策について
 ※施策実施割合は、母数を回答のあった社協の全数 (n=29) としている。

●実施状況

「相談窓口の設置」及び「集いの場 (当事者同士の相談・語らいの場) を設置」は、回答のあった社協のうち7団体が取り組んでいる。

●対象としているケアラーの年代

「集いの場 (当事者同士の相談・語らいの場) を設置」は、「相談窓口の設置」と比較して、ヤングケアラー・若者ケアラー以外を対象としている社協が多い。

●自治体との連携状況

「相談窓口の設置」及び「集いの場の設置」は、社協が単独で実施するケースと自治体と連携して実施するケースのいずれも存在する。

図表 3-21：ケアラー本人向け施策について

施策名	回答のあった社会福祉協議会における 各施策の実施割合 (n = 29)	実施 社協数	実施状況に関する内訳					
			対象者 (MA)			自治体連携 (SA)		
			ヤング	若者	左記以外	有	無	
相談窓口の設置	24.1%	7	3	3	4	3	4	
集いの場 (当事者同士の 相談・語らいの場) を設置	24.1%	7	1	1	6	5	2	
就職支援を実施	3.4%	1	1	1	1	1	0	
【上記施策に関する自由記述】								
〈相談窓口の設置〉 ・地域包括支援センターでの総合相談窓口にて、年代問わずケアラーからの相談を受け、必要に応じて他機関と連携しながら支援をしている。 ・地域福祉コーディネーター、生活支援コーディネーターが介護者の相談に随時対応している。 ・基幹型地域包括支援センター (市より社協が受託) の業務として実施している。 ・当協議会創立当初から、市民を対象に地域福祉を推進するための相談支援を実施している。								
〈集いの場 (当事者同士の相談・語らいの場) を設置〉 ・認知症カフェを開催している。認知症の方やその他関心のある高齢者と家族介護者が参加し、相談をしたり、情報交換、語らいができる場所として開催している。 ・介護者の会、男性介護者学習会・交流会を開催し、対象者に包括からも案内してもらっている。 ・社協・基幹型地域包括支援センターにて家族介護者の会の設置・運営を開始、現在は住民ボランティアによる自主的運営に移行している ・社会福祉協議会が担当する地域包括支援センターの第2層協議体での協議をきっかけに男性介護者を対象とした「ケアメンの集い」の講座を開催した。その後、自主グループとして、学習会の他、介護者同士の交流を図る場としても定期開催している。 ・従前より「家族介護者教室」を実施しており、現在は「家族介護者の集い」として、当事者同士の情報共有の場として開催している。								
〈就職支援を実施〉 ・包括的支援体制整備に基づく福祉総合相談窓口を設置し、その中で生活困窮の家庭に対する就職支援についても対応している。								

設問 5-3. ケアラー支援施策を行った/行っている施策 (3) ケアラー支援者向け施策について
 ※施策実施割合は、母数を回答のあった社協の全数 (n=29) としている。

●実施状況

「啓発・広報活動の実施」は、回答のあった社協のうち3団体が取り組んでいる。

●対象としているケアラーの年代

「アセスメントシートの作成/活用」、「専門職（自治体職員以外）を対象とした研修の実施」「啓発・広報活動の実施」のいずれについても、ヤングケアラー、若者ケアラーを対象としている社協は少ない。

●自治体との連携状況

「啓発・広報活動の実施」は、社協が単独で実施するケースと自治体と連携して実施するケースがいずれも存在する。

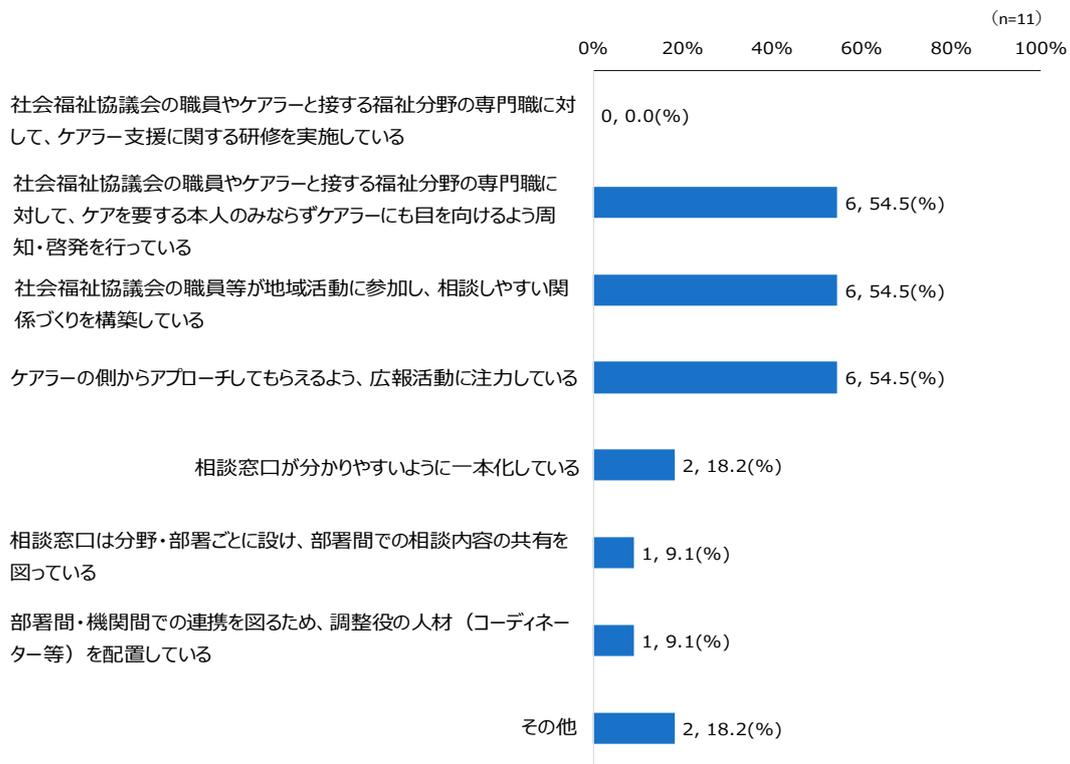
図表 3-22：ケアラー支援者向け施策について

施策名	回答のあった社会福祉協議会における 各施策の実施割合 (n=29)	実施 社協数	実施状況に関する内訳				
			対象者 (MA)			自治体連携 (SA)	
			ヤング	若者	左記以外	有	無
アセスメントシートの作成/活用	3.4%	1	0	0	1	0	1
支援のための専門職（自治体職員以外）を対象とした研修の実施	3.4%	1	0	0	1	1	0
啓発・広報活動の実施	10.3%	3	1	1	3	1	2
【上記施策に関する自由記述】							
〈アセスメントシートの作成/活用〉 ・平成8年度に現在の地域包括支援センターの前身である在宅介護支援センター事業を市から受託し、アセスメントシートを用い、主に高齢者支援を行ってきた。							
〈支援のための専門職（自治体職員以外）を対象とした研修の実施〉 ・市内福祉施設の専門職向け研修の実施や、当協議会の職員向けには内部研修・外部研修をそれぞれの所属の専門性にに応じて、実施や参加をしている。							
〈啓発・広報活動の実施〉 ・2022年度窓口開所に伴い、市報等に掲載。各関係機関にチラシを配布。 ・社協広報ふれあいに年に数回掲載、社協窓口やHPでチラシの案内。 ・当協議会法人化を機に、新聞折り込みの広報誌を全戸配布している。内容は時期に応じてなるが、事業・研修の申込みや事業紹介等、様々な内容を掲載している。							

設問6. ケアラーを見つける（把握する）ための工夫

ケアラーを見つける（把握する）ための工夫は、「社会福祉協議会の職員やケアラーと接する福祉分野の専門職に対して、ケアを要する本人のみならずケアラーにも目を向けるよう周知・啓発を行っている」「社会福祉協議会の職員等が地域活動に参加し、相談しやすい関係づくりを構築している」「ケアラーの側からアプローチしてもらえるよう、広報活動に注力している」との回答がいずれも6団体であった。なお、設問5-3では、「啓発・広報活動を実施」と回答したのは3団体であったが、本設問は「注力している」かどうかを聞く設問であるため、実践の前段階としての「意識している」や「取組のための検討をしている」等の認識での回答が含まれている可能性がある。

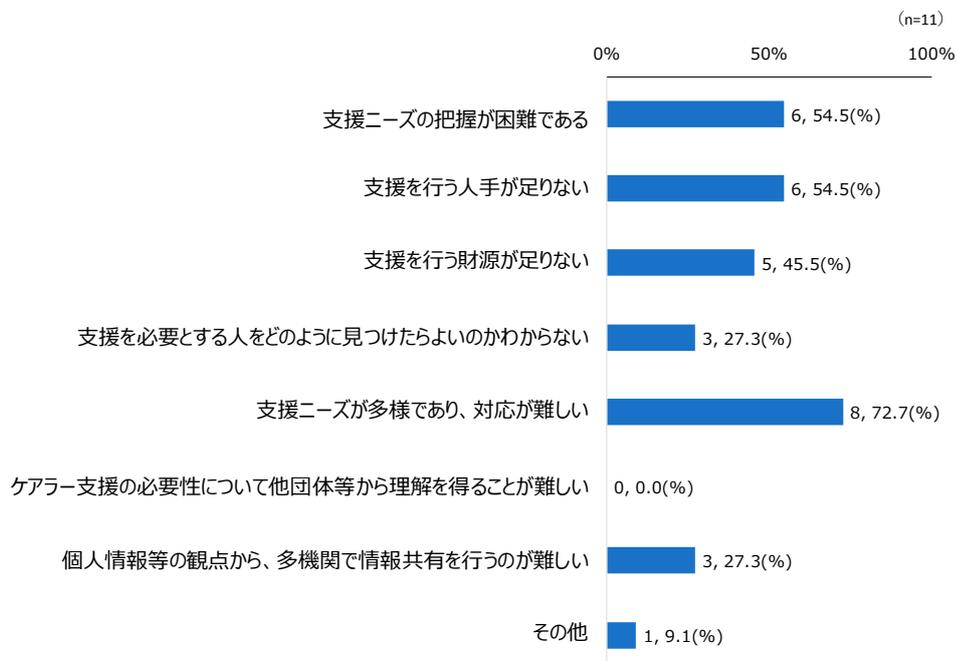
図表 3-23：ケアラーを見つける（把握する）ための工夫【MA】



設問7. ケアラー支援の課題

ケアラー支援の課題は、「支援ニーズが多様であり、対応が難しい」の回答が最も多く8団体、次いで「支援ニーズの把握が困難である」「支援を行う人手が足りない」がそれぞれ6団体であった。

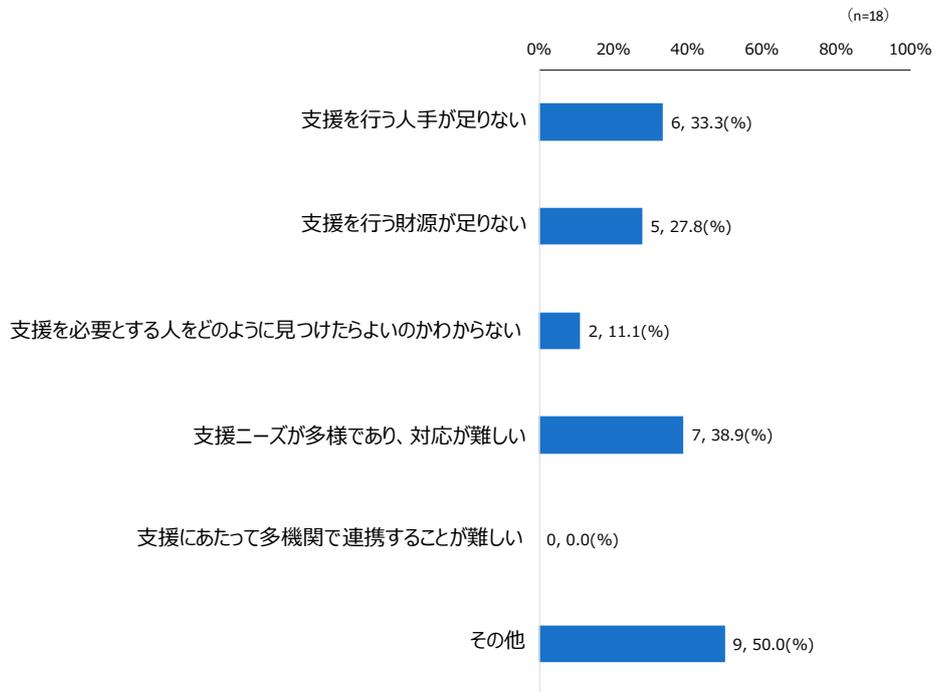
図表 3-24：ケアラー支援の課題【MA】



設問 8. ケアラー支援施策を行っていない理由

設問 1 でケアラーへの支援施策を行っていないと回答した社協に対し、理由を聞いたところ、「その他」を除くと最も回答が多かったのは「支援ニーズが多様であり、対応が難しい」（7団体）であった。

図表 3-25：ケアラー支援施策を行っていない理由【MA】

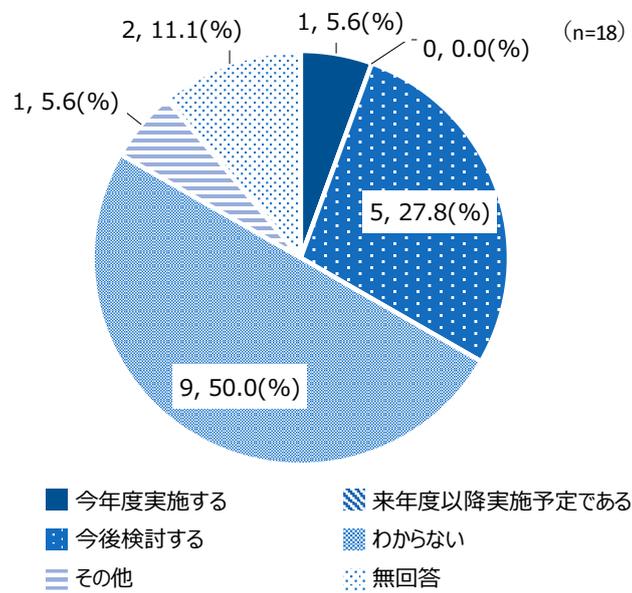


「その他」自由回答の抜粋
支援が必要な人を把握していないため、どのようなニーズがあるかわからない。
生活困窮者自立支援制度の相談の一環として支援を行っているため。
これまで特に事業を行っておらず、新規事業として実施を検討したことがないため。
実施団体等への協力を行っている（地域福祉コーディネーターの関わり、助成金事業、広報の支援等）。
行政が対応している。

設問9. ケアラー支援施策を今後行う予定

設問1でケアラーへの支援施策を行っていないと回答した社協に対し、今後の取組予定を聞いたところ、「わからない」が9団体と最も多く、次いで「今後検討する」が5団体であった。

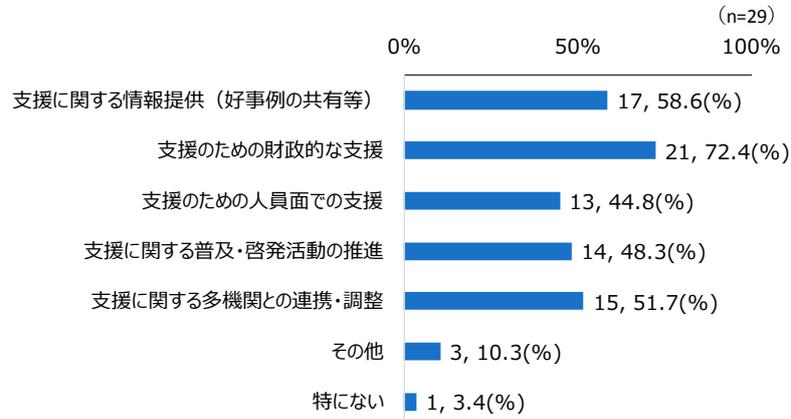
図表 3-26：今後の取組予定【SA】



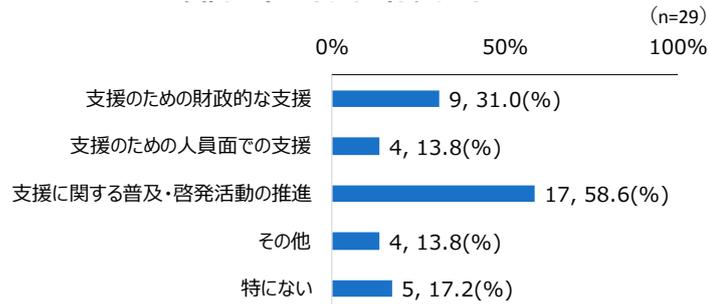
設問10. ケアラー支援について他団体等へ期待すること

社協から期待することについて、自治体に対しては「支援のための財政的な支援」が、民間企業に対しては「支援に関する普及・啓発活動の推進」が、社会福祉法人やNPO法人等に対しては「支援に関する多機関との連携・調整」が最も多かった。

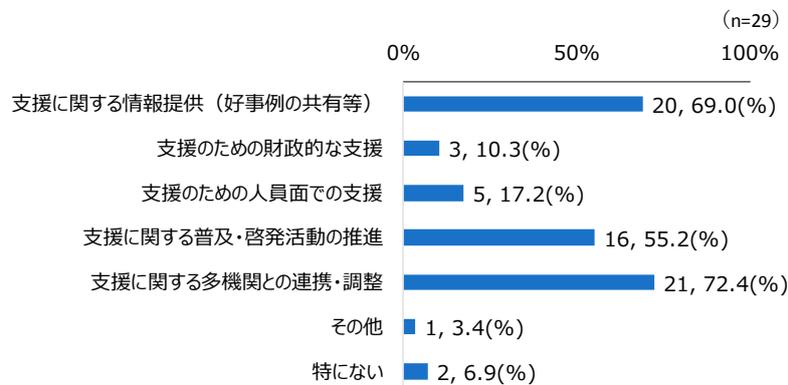
図表 3-27：ケアラー支援について自治体へ期待すること【MA】



図表 3-28：ケアラー支援について民間企業へ期待すること【MA】



図表 3-29：ケアラー支援について社会福祉法人やNPO法人等へ期待すること【MA】



ケアラー支援の実施有無別にみると、ケアラー支援を実施している社協は、実施していない社協と比べて、各項目が選択される割合が総じて高いことが分かる。ケアラー支援に取り組む中で、具体的な課題が認識され、その結果として期待がより明確に現れているものと推察される。以下では、詳細を記載する。

ケアラー支援について自治体に対して期待することは、ケアラー支援を実施している社協は実施していない社協と比べて、「支援に関する普及・啓発活動の推進」「支援に関する多機関との連携・調整」「支援のための財政的な支援」を期待する割合が高い。

図表 3-30：ケアラー支援の実施有無×自治体へ期待すること

(単位：%)

	n数	支援に関する情報提供（好事例の共有等）	支援のための財政的な支援	支援のための人員面での支援	支援に関する普及・啓発活動の推進	支援に関する多機関との連携・調整	その他	特になし
ケアラー支援を実施している	11	54.5	81.8	45.5	72.7	63.6	9.1	0.0
ケアラー支援を実施していない	18	61.1	66.7	44.4	33.3	44.4	11.1	5.6

ケアラー支援について民間企業に対して期待することは、ケアラー支援を実施している社協は、実施していない社協と比べて、「支援のための財政的な支援」を期待する割合が高い。

図表 3-31：ケアラー支援の実施有無×民間企業へ期待すること

(単位：%)

	n数	支援のための財政的な支援	支援のための人員面での支援	支援に関する普及・啓発活動の推進	その他	特になし
ケアラー支援を実施している	11	45.5	18.2	63.6	9.1	9.1
ケアラー支援を実施していない	18	22.2	11.1	55.6	16.7	22.2

ケアラー支援について社会福祉法人やNPO法人等に対して期待することは、ケアラー支援を実施している社協は実施していない社協と比べて、「支援に関する情報提供（好事例の共有等）」を期待する割合が高い。

図表 3-32：ケアラー支援の実施有無×社会福祉法人や NPO 法人等に対して期待すること

(単位：%)

	n数	支援に関する情報提供（好事例の共有等）	支援のための財政的な支援	支援のための人員面での支援	支援に関する普及・啓発活動の推進	支援に関する多機関との連携・調整	その他	特になし
ケアラー支援を実施している	11	81.8	18.2	18.2	63.6	72.7	0.0	0.0
ケアラー支援を実施していない	18	61.1	5.6	16.7	50.0	72.2	5.6	11.1

4. 都内在住のケアラーアンケート結果

(1) 調査結果のポイント

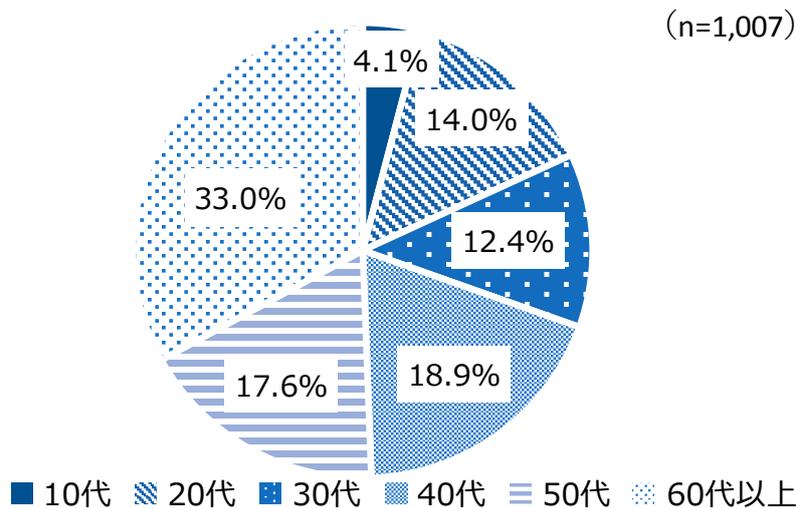
- ケアの内容は、家事、身体的介護、外出の付き添い、病院の付き添い、感情面のサポート、見守り等多岐にわたる。
- ケアは「一人で行っている」が42.5%、「同居家族・親族と一緒にいる」が45.0%であった。ケアをしている頻度は「ほぼ毎日」が47.1%。1日あたりの平均的なケアの時間は「1時間以上3時間未満」が最も高く43.3%。
- ケアによる学業や仕事への影響は、最も回答割合が高かったのは「特にない」(57.6%)だが、影響が出たとする回答がそれぞれ数%~十数%あり、特に「就職したもののケアとの両立のため働き方を変更した(時短勤務や休暇制度の活用等)」(12.4%)が他と比べて高かった。
- ケアによる心身の健康状態への影響について、最も回答割合が高いのは「影響はない」(39.8%)であったが、残りの約6割の人は何かしらの不調を抱えており、「通院はしていないが、精神的な不調を感じている」(24.5%)が高かった。
- 自治体・NPO等でのケアラー支援の認知度について、最も回答割合が高かったのは「知っているが参加/利用したことはない」(45.4%)であった。その理由として最も高かったのは「参加/利用する時間がないため」(39.0%)であった。
- 行政や支援団体、社会へ期待することとしては、「経済的な支援」、「ケアについて相談できる窓口の充実」、「利用できる制度等についての案内の充実」、「ケアを必要とする人へのサービスや制度の充実」がいずれも4割を超えている。

(2) 調査結果

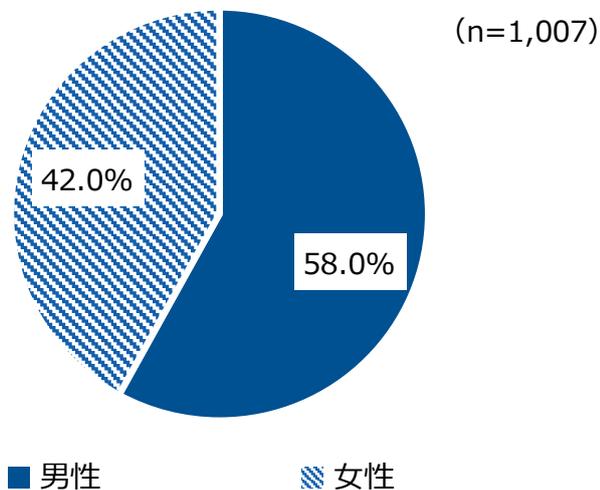
設問1. 回答者属性

今回の調査回答者1,007名の年齢の内訳は、50代以上が約半数を占めており、20代以下の若年層は18.1%となっている。また、性別については、「男性」58.0%、「女性」42.0%と「男性」がやや多くなっている。

図表 3-33：回答者の年齢【SA】



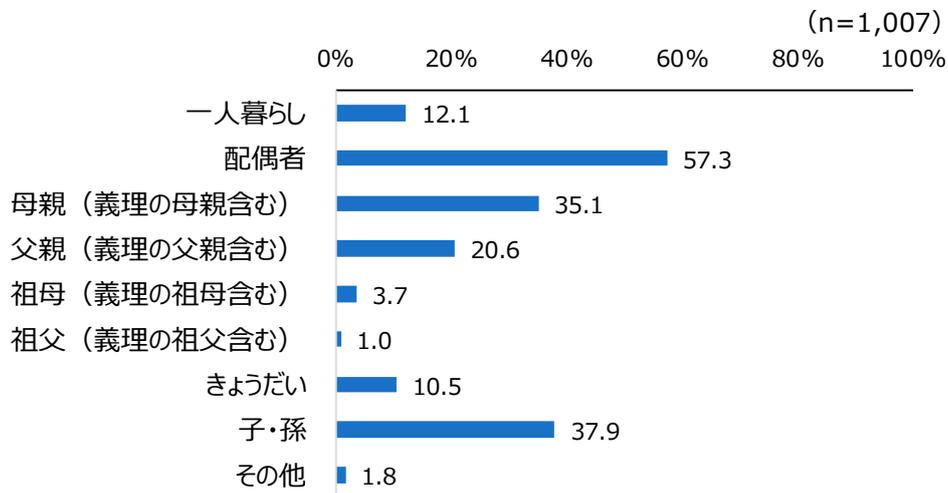
図表 3-34：回答者の性別【SA】



設問2. 現在一緒に住んでいる家族について

現在一緒に住んでいる家族は、回答割合が最も高かったのは「配偶者」(57.3%)、次いで「子・孫」(37.9%)、「母親（義理の母親含む）」(35.1%)となっている。

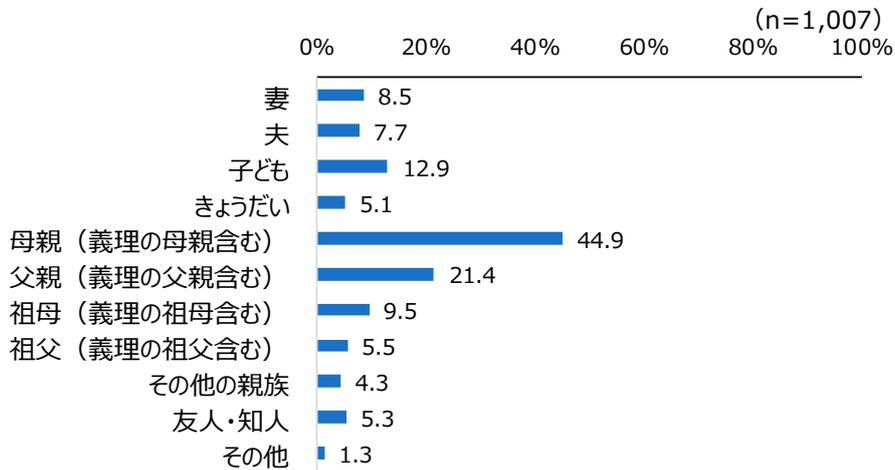
図表 3-35：一緒に住んでいる家族【MA】



設問3. ケアを必要としている人

ケアを必要としている人について回答割合が最も高かったのは、「母親（義理の母親含む）」(44.9%)、次いで「父親（義理の父親含む）」(21.4%)であった。

図表 3-36：ケアを必要としている人【MA】



年代別にみると、「10～20代」では、親に加えて祖父母が多いことが特徴であり、「30～40代」になると親に加えて子どもをケアする人も増える。そして「50代以上」になると母親のケアが51.8%と過半数を占める。

図表 3-37：年代×ケアを必要としている人【MA】

(単位：%)

	n数	妻	夫	子ども	きょうだい	母親（義理の 母親含む）	父親（義理の 父親含む）
10～20代	182	4.9	2.3	6.6	10.0	32.6	14.0
30～40代	315	9.0	3.5	19.5	2.8	40.9	33.3
50代以上	510	9.5	12.2	11.1	4.7	51.8	16.7

(単位：%)

	n数	祖母（義理の 祖母含む）	祖父（義理の 祖父含む）	その他の親族	友人・知人	その他
10～20代	182	29.7	22.4	6.2	7.8	0.6
30～40代	315	10.9	3.9	4.9	5.2	1.4
50代以上	510	1.3	0.6	3.3	4.4	1.4

設問4. ケアを必要としている人の状況

ケアを必要としている人の状況は「子ども」・「その他」以外は「高齢（65歳以上）」の回答の割合が最も高かった。「夫」「母親（義理の母親含む）」「父親（義理の父親含む）」「祖母（義理の祖母含む）」では「要介護（介護が必要な状態）」の回答が次に多くなっている。また、「子ども」については「知的障害」（36.6%）と「発達障害」（35.6%）の回答が高くなっている。

図表 3-38：ケアを必要としている人の状況【MA】

	n数	(単位：%)					
		高齢 (65歳以上)	若い	要介護 (介護が必要な 状態)	常時医療的ケアを 要する	認知症	身体障害
妻	84	48.3	0.0	30.2	11.3	10.0	27.9
夫	71	65.6	0.0	57.9	9.7	16.1	38.0
子ども	142	0.0	21.8	4.9	3.0	0.7	17.6
きょうだい	44	32.6	22.2	26.1	15.2	5.0	23.8
母親（義理の母親含む）	479	88.0	0.0	49.2	7.5	29.7	17.4
父親（義理の父親含む）	235	84.9	0.0	48.2	8.0	25.5	24.3
祖母（義理の祖母含む）	79	90.2	0.0	41.6	6.1	25.1	9.9
祖父（義理の祖父含む）	40	85.9	0.0	25.3	8.7	18.8	31.9
その他の親族	40	49.0	2.2	28.9	25.2	6.9	17.5
友人・知人	45	47.4	10.2	24.0	7.3	9.2	23.0
その他	13	31.4	11.8	0.0	0.0	19.1	27.0

	n数	(単位：%)					
		知的障害	発達障害	精神疾患 (依存症を 含む)	上記以外の 病気	その他	無回答
妻	84	4.6	2.5	14.9	17.2	5.8	5.7
夫	71	2.1	5.5	19.5	22.9	0.0	2.1
子ども	142	36.6	35.6	17.5	7.5	1.9	0.0
きょうだい	44	18.3	17.1	13.7	12.2	2.9	0.0
母親（義理の母親含む）	479	2.4	1.5	4.4	12.3	1.5	0.2
父親（義理の父親含む）	235	3.1	2.9	2.7	13.5	1.4	0.0
祖母（義理の祖母含む）	79	1.9	1.0	4.0	1.1	0.0	1.1
祖父（義理の祖父含む）	40	5.1	5.1	1.9	0.0	0.0	0.0
その他の親族	40	8.4	6.6	15.7	10.4	1.8	0.0
友人・知人	45	1.8	2.0	19.0	12.5	0.0	0.0
その他	13	26.0	41.8	43.7	13.7	9.5	0.0

※その他についてはn数が少ないことに留意。

設問5. ケアの内容

ケアの内容は、いずれの対象者においてもさまざまな種類のケアが行われていることがわかる。対象者ごとに最も回答割合が高かったのは、「妻」・「夫」・「祖母（義理の祖母含む）」・「祖父（義理の祖父含む）」では「家事（食事の準備や掃除、洗濯など）」、「子ども」・「その他の親族」・「その他」では「見守り」であった。「きょうだい」・「母親（義理の母親含む）」・「父親（義理の父親含む）」では「通院の付き添い」、「友人・知人」では「外出の付き添い（買い物、散歩など）」が高く、「祖母（義理の祖母含む）」については、「家事（食事の準備や掃除、洗濯など）」と同程度の割合で「外出の付き添い（買い物、散歩など）」も回答割合が高かった。

図表 3-39：ケアの内容【MA】

		(単位：%)									
	n数	家事 (食事の準備や 掃除、洗濯など)	身体的な介護 (入浴やトイレ、 食事のケアなど)	外出の付き添い (買い物、 散歩など)	通院の付き添い	感情面のサポート (愚痴を聞く、 話し相手になる など)	見守り	通訳 (日本語や 手話など)			
妻	84	65.8	27.2	51.2	51.3	29.4	26.8	4.8			
夫	71	80.8	40.3	55.6	72.1	46.5	57.9	2.0			
子ども	142	51.3	32.1	50.6	53.0	50.1	58.3	3.1			
きょうだい	44	41.0	19.8	35.0	47.5	39.0	45.7	8.6			
母親（義理の母親含む）	479	58.6	37.3	54.5	60.8	47.6	54.0	3.3			
父親（義理の父親含む）	235	52.0	31.2	45.5	54.3	33.1	50.8	4.7			
祖母（義理の祖母含む）	79	59.5	36.9	59.3	51.5	46.5	42.4	9.6			
祖父（義理の祖父含む）	40	70.5	41.7	65.0	42.0	38.5	59.4	6.4			
その他の親族	40	40.5	19.9	32.0	37.4	35.1	47.3	2.4			
友人・知人	45	41.6	7.6	61.0	27.6	32.6	37.1	3.4			
その他	13	41.9	28.2	58.3	49.5	50.4	65.6	0.0			

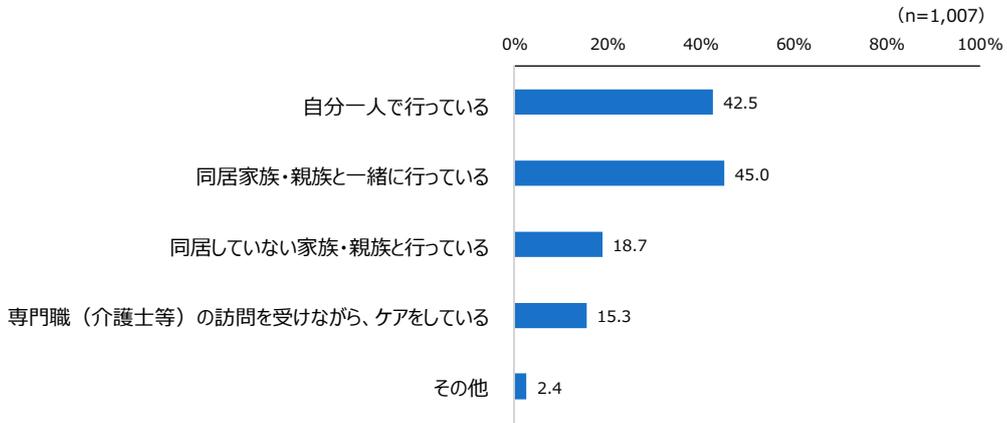
		(単位：%)							
	n数	金銭管理	薬の管理	上記のケアを 行うために 遠方に通っている (実家など)	幼いきょうだいの ケアや保育所等 への送迎など	家計を助ける (働く)	その他		
妻	84	33.4	29.0	5.7	0.0	0.0	3.6		
夫	71	59.1	53.1	2.7	0.0	0.0	0.0		
子ども	142	37.1	38.2	4.2	0.0	0.0	3.2		
きょうだい	44	39.3	20.8	11.3	8.3	0.0	2.3		
母親（義理の母親含む）	479	43.3	36.1	16.4	0.0	0.6	1.4		
父親（義理の父親含む）	235	30.3	24.1	16.3	0.0	0.0	3.7		
祖母（義理の祖母含む）	79	23.3	33.8	18.1	0.0	0.0	1.1		
祖父（義理の祖父含む）	40	23.4	34.1	12.0	0.0	0.0	0.0		
その他の親族	40	15.3	17.1	15.0	0.0	0.0	4.0		
友人・知人	45	8.1	9.9	5.8	0.0	0.0	2.9		
その他	13	29.0	42.7	0.0	0.0	0.0	4.7		

※その他についてはn数が少ないことに留意。

設問6. 誰とケアを行っているか

誰とケアを行っているか聞いたところ、回答割合が最も高かったのは、「同居家族・親族と一緒にいる」(45.0%)、次いで「自分一人で行っている」(42.5%)であった。

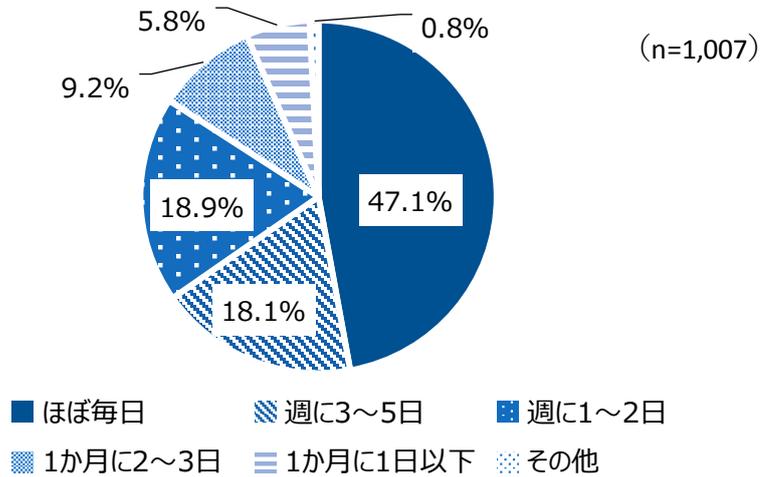
図表 3-40：誰とケアを行っているか【MA】



設問7. ケアを行っている頻度

ケアを行っている頻度について回答割合が最も高かったのは、「ほぼ毎日」(47.1%)、次いで「週に1～2日」(18.9%)、「週に3～5日」(18.1%)であった。

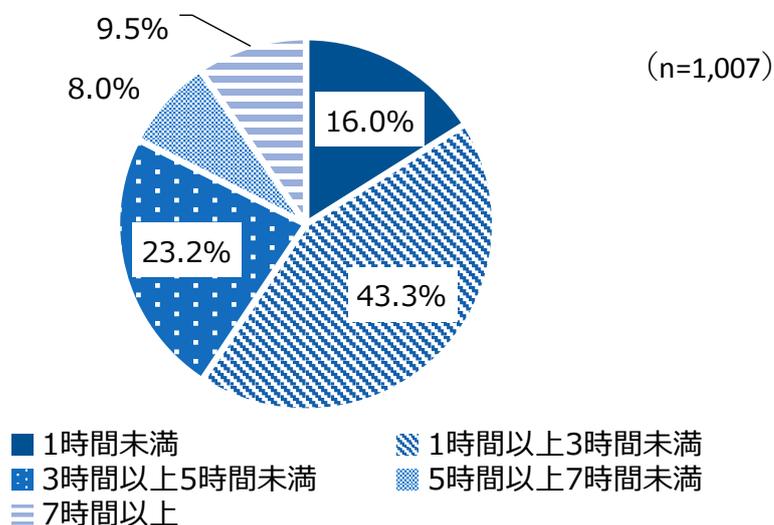
図表 3-41：ケアを行っている頻度【SA】



設問 8. 1日にケアを行っている時間（直近1カ月の1日あたりの平均時間）

1日にケアを行っている時間について最も回答割合が高かったのは、「1時間以上3時間未満」（43.3%）、次いで「3時間以上5時間未満」（23.2%）であった。

図表 3-42：1日にケアを行っている時間【SA】



職業別にみると、「専業主婦（主夫）」は「7時間以上」と「5時間以上7時間未満」との回答が合計約30%であり、他と比べて長時間ケアを行っている人が多い。一方「学生」は、「1時間未満」と「1時間以上3時間未満」の合計が80%を超えている。

図表 3-43：職業×1日にケアを行っている時間【SA】

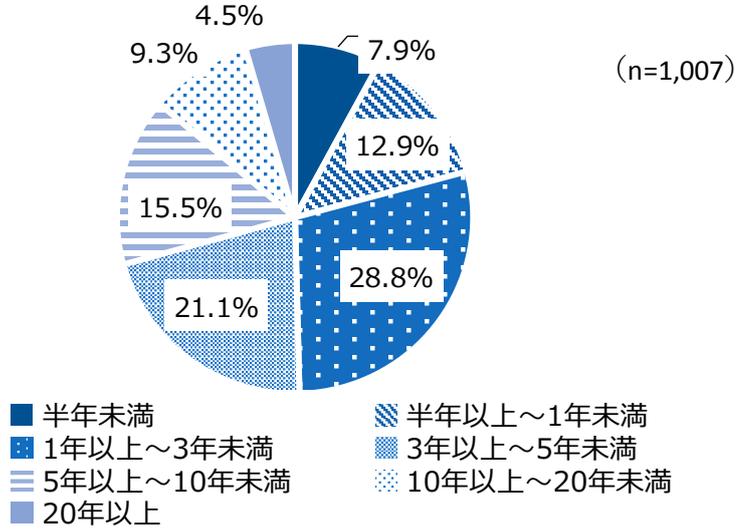
(単位：%)

	n数	1時間未満	1時間以上3時間未満	3時間以上5時間未満	5時間以上7時間未満	7時間以上
有職者（フルタイム）	509	14.3	47.9	23.9	7.0	7.1
有職者（パート・アルバイト）	88	11.7	43.2	27.4	8.7	9.0
専業主婦(主夫)	165	12.0	35.9	22.2	13.6	16.3
学生	70	38.6	43.2	8.7	7.0	2.6
その他	175	17.9	36.9	25.8	6.1	13.3

設問9. ケアを行っている期間

ケアを行っている期間について最も回答割合が高かったのは、「1年以上～3年未満」(28.8%)、次いで「3年以上～5年未満」(21.1%)であった。

図表 3-44：ケアを行っている期間【SA】



年代別にみると、「10代～20代」で最も回答割合が高かったのは、「1年以上～3年未満」(40.0%)であった。

図表 3-45：年代×ケアを行っている期間【SA】

(単位：%)

	n数	半年未満	半年以上～1年未満	1年以上～3年未満	3年以上～5年未満	5年以上～10年未満	10年以上～20年未満	20年以上
10～20代	182	15.0	21.4	40.0	12.4	8.0	2.7	0.6
30～40代	315	6.4	11.8	28.5	25.9	17.3	7.4	2.7
50代以上	510	6.3	10.5	25.0	21.2	17.1	12.8	7.1

男女別でみると、「20年以上」と回答した女性は7.5%であり男性の約3倍、「10年以上～20年未満」と回答した女性は13.0%で男性の約2倍であり、長期間ケアを行っている人の割合は女性の方が多くなっている。

図表 3-46：性別×ケアを行っている期間【SA】

(単位：%)

	n数	半年未満	半年以上～1年未満	1年以上～3年未満	3年以上～5年未満	5年以上～10年未満	10年以上～20年未満	20年以上
男性	585	9.7	14.4	30.8	22.0	14.0	6.6	2.4
女性	422	5.5	10.7	26.0	19.8	17.6	13.0	7.5

職業別にみると、「専業主婦（主夫）」は「20年以上」と「10年以上～20年未満」の回答が合計25.6%であり、他と比べて長い期間ケアを行っている人が多い。一方「学生」は、「半年未満」（35.1%）が最も高かった。

図表 3-47：職業×ケアを行っている期間【SA】

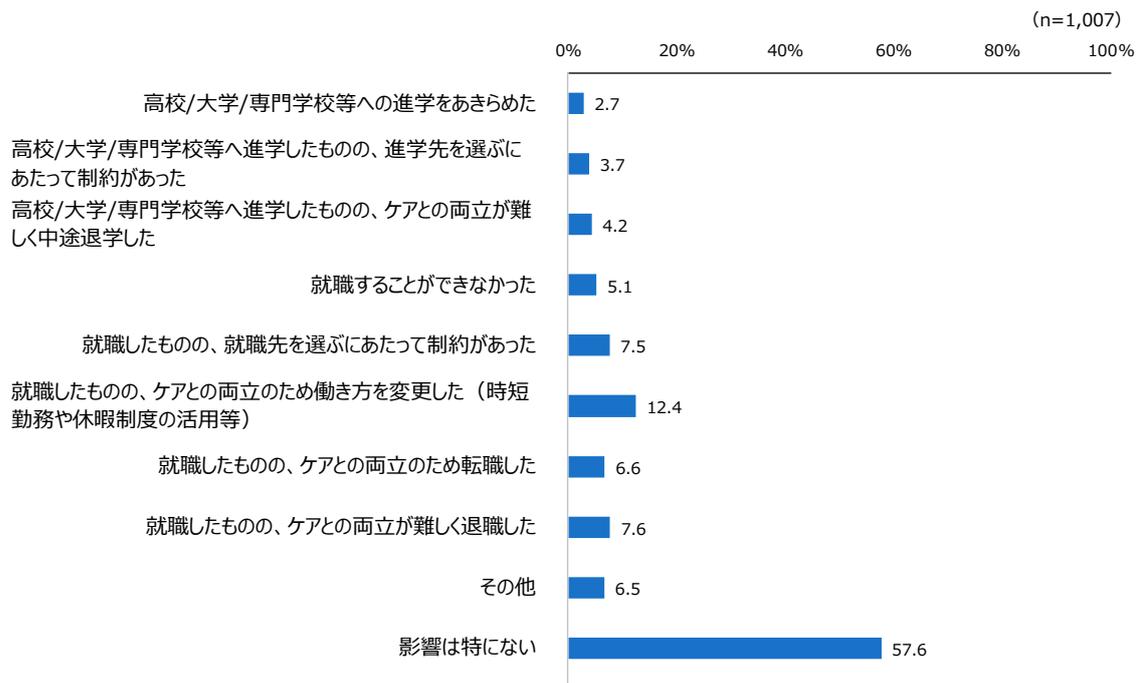
(単位：%)

	n数	半年未満	半年以上～ 1年未満	1年以上～ 3年未満	3年以上～ 5年未満	5年以上～ 10年未満	10年以上～ 20年未満	20年以上
有職者（フルタイム）	509	5.2	14.6	34.2	22.8	13.4	7.4	2.4
有職者 （パート・アルバイト）	88	10.4	6.6	29.2	19.3	18.5	10.1	6.0
専業主婦(主夫)	165	5.4	8.3	22.2	17.7	20.8	14.2	11.4
学生	70	35.1	20.9	23.9	15.1	5.0	0.0	0.0
その他	175	6.1	12.1	21.1	22.5	19.4	13.4	5.5

設問10. ケアをしていることによる学業や仕事への影響

ケアをしていることによる学業や仕事に影響は、「影響は特にない」の回答の割合が57.6%と最も高いものの、何かしらの影響があったとの回答が各項目数%～十数%みられる。影響として最も高かったのは、「就職したものの、ケアとの両立のため働き方を変更した（時短勤務や休暇制度の活用等）」が12.4%であるほか、「高校/大学/専門学校等への進学をあきらめた」が2.7%、「就職することができなかった」が5.1%であり、ケアの負担が重く、進学や就職に大きな影響を与えている場合もあったことが確認された。

図表 3-48：学業や仕事への影響【MA】



年代別にみると、「10～20代」では、「進学をあきらめた」（9.7%）、「進学先を選ぶにあたって制約があった」（10.4%）、「進学したものの中退した」（17.9%）という回答が見られた。「30～40代」では、「働き方を変更した」という回答が20.3%であり、仕事や学業への影響があることがうかがわれる。

図表 3-49：年代×学業や仕事に影響【MA】

(単位：%)

	n数	高校/大学/専門学校等への進学をあきらめた	高校/大学/専門学校等へ進学したものの、進学先を選ぶにあたって制約があった	高校/大学/専門学校等へ進学したものの、ケアとの両立が難しく中途退学した	就職することができなかった	就職したものの、就職先を選ぶにあたって制約があった
10～20代	182	9.7	10.4	17.9	6.6	11.3
30～40代	315	2.4	5.3	2.3	8.9	10.3
50代以上	510	0.4	0.2	0.6	2.2	4.4

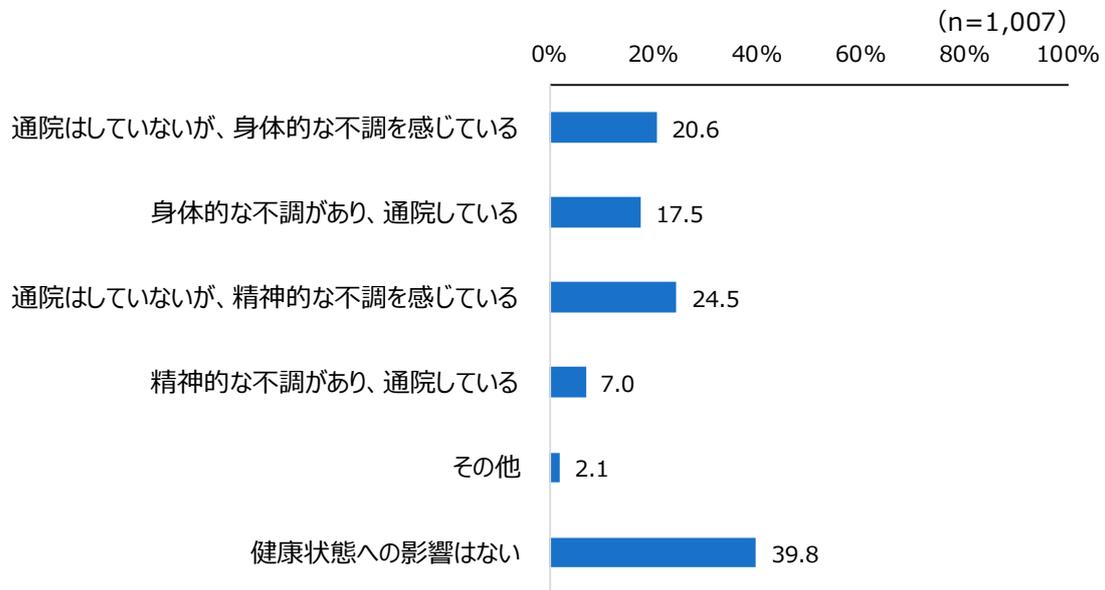
(単位：%)

	n数	就職したものの、ケアとの両立のため働き方を変更した（時短勤務や休暇制度の活用等）	就職したものの、ケアとの両立のため転職した	就職したものの、ケアとの両立が難しく退職した	その他	影響は特にない
10～20代	182	11.3	8.0	4.1	1.6	45.4
30～40代	315	20.3	9.7	6.3	5.0	50.3
50代以上	510	7.9	4.1	9.8	9.1	66.6

設問11. ケアをしていることによる心身の健康状態への影響

心身の健康状態への影響について最も回答割合が高かったのは、「健康状態への影響はない」(39.8%)、次いで「通院はしていないが、精神的な不調を感じている」(24.5%)であった。

図表 3-50：心身の健康状態への影響【MA】



年代別にみると、「10～20代」は身体的な不調を感じている人の割合が他と比べて高く、「30～40代」は精神的な不調を感じている人の割合が他の世代と比べて高い。

図表 3-51：年代×心身の健康状態への影響【MA】

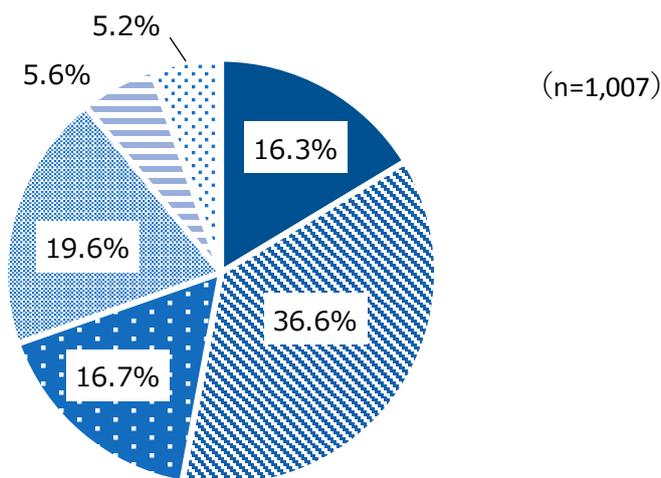
(単位：%)

	n数	通院はしていないが、身体的な不調を感じている	身体的な不調があり、通院している	通院はしていないが、精神的な不調を感じている	精神的な不調があり、通院している	その他	健康状態への影響はない
10～20代	182	28.2	22.2	25.2	4.6	1.0	32.7
30～40代	315	21.2	15.3	28.6	10.7	1.7	38.2
50代以上	510	17.5	17.1	21.8	5.5	2.8	43.4

設問12. 自身の健康維持（食事、睡眠、運動、気分転換、通院など）にかかる時間

自身の健康維持（食事、睡眠、運動、気分転換、通院など）にかかる時間について、最も回答割合が高かったのは「必要に感じておりまあまあできている」（36.6%）であり、「必要に感じており十分にできている」（16.3%）と合わせて、5割超の人がある程度時間を確保できている。その一方で、「必要に感じているがあまりできていない」、「必要に感じているがまったくできていない」が合計25.2%おり、4人に一人は自身の健康維持に十分な時間をかけることができていないことが確認された。

図表 3-52：自身の健康維持にかかる時間【SA】



- 必要に感じており十分にできている
- 必要に感じておりまあまあできている
- どちらともいえない
- 必要に感じているがあまりできていない
- 必要に感じているがまったくできていない
- 特に必要性を感じない

年代別にみると、「必要に感じているがあまりできていない」「必要に感じているがまったくできていない」と回答したのは「30～40代」が最も多かった。

図表 3-53：年代×自身の健康維持にかかる時間【SA】

(単位：%)

	n数	必要に感じており十分にできている	必要に感じておりまあまあできている	どちらともいえない	必要に感じているがあまりできていない	必要に感じているがまったくできていない	特に必要性を感じない
10～20代	182	21.7	36.0	17.8	13.3	5.6	5.6
30～40代	315	15.3	28.7	20.7	25.4	5.9	4.0
50代以上	510	15.0	41.6	13.8	18.3	5.5	5.8

職業別にみると、「有職者（パート・アルバイト）」は「必要に感じているがあまりできていない」（30.6%）が他と比べて高くなっている。一方「学生」は、「必要に感じているが十分にできている」（33.9%）が最も多かったものの、「必要に感じているがまったくできていない」と回答した人が8.0%であり、この割合は職業別では「学生」が最も多かった。

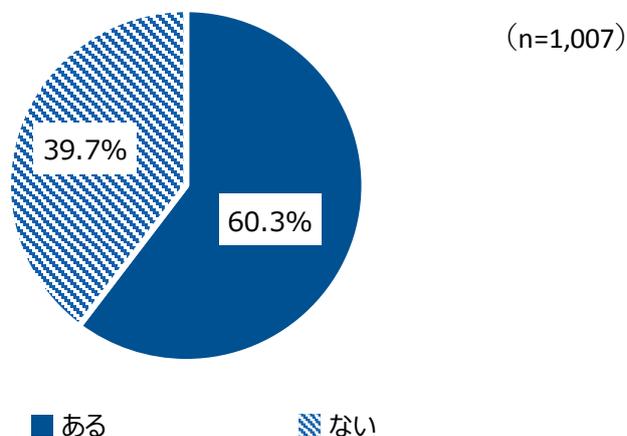
図表 3-54：職業×自身の健康維持にかかる時間【SA】

(単位：%)

	n数	必要に感じ おり十分に できている	必要に感じて おりまあまあ できている	どちらとも いえない	必要に感じて いるがあまり できていない	必要に感じて いるがまったく できていない	特に必要性を 感じない
有職者（フルタイム）	509	13.1	36.0	19.9	20.1	5.0	5.9
有職者 （パート・アルバイト）	88	15.1	28.1	19.2	30.6	4.4	2.6
専業主婦(主夫)	165	15.1	42.6	14.2	19.6	6.2	2.4
学生	70	33.9	29.6	6.7	8.5	8.0	13.2
その他	175	20.4	39.7	12.4	17.1	6.6	3.8

設問13. ケアを必要としている家族のことや、ケアの悩みを誰かに相談したことがあるか
 ケアを必要としている家族のことや、ケアの悩みを誰かに相談したことがあるかについては、「ある」が60.3%、「ない」が39.7%となっている。

図表 3-55：ケアについての相談経験の有無【MA】



職業別にみると、「ある」との回答が最も高かったのは「専業主婦（主夫）」（71.6%）であった。また、「学生」の約6割が「ない」と回答している。

図表 3-56：職業×ケアについての相談経験の有無【MA】

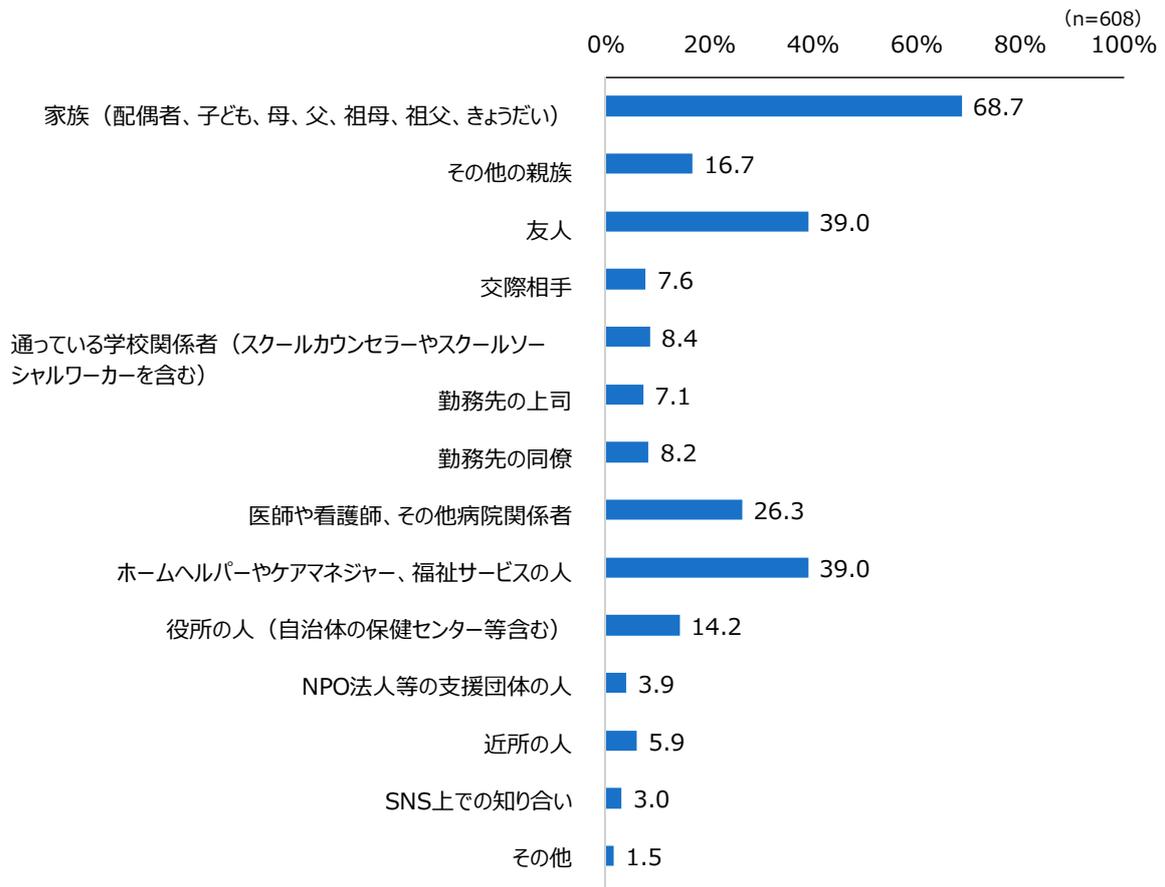
(単位：%)

	n数	ある	ない
有職者（フルタイム）	509	61.0	39.0
有職者（パート・アルバイト）	88	59.5	40.5
専業主婦(主夫)	165	71.6	28.4
学生	70	38.5	61.5
その他	175	56.7	43.3

設問14. 相談した主な相手

ケアを必要としている家族のことや、ケアの悩みを誰かに相談したことがあると回答した人が相談した主な相手について最も回答割合が高かったのは、「家族（配偶者、子ども、母、父、祖母、祖父、きょうだい）」（68.7%）、次いで「友人」・「ホームヘルパーやケアマネジャー、福祉サービスの人」（ともに39.0%）であった。

図表 3-57：相談した主な相手【MA】



年代別にみると、「50代以上」は「ホームヘルパーやケアマネジャー、福祉サービスの人」や「役所の人（自治体の保健センター等を含む）」への相談割合が高くなっている。これは「50代以上」は介護保険制度を利用しながらケアを行っている人が多いためと推察される³¹。

図表 3-58：年代×相談した主な相手【MA】

		(単位：%)							
	n数	家族（配偶者、子ども、母、父、祖母、祖父、きょうだい）	その他の親族	友人	交際相手	通っている学校関係者（スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーを含む）	勤務先の上司	勤務先の同僚	
10～20代	104	70.8	21.5	37.3	16.8	14.1	6.2	9.9	
30～40代	196	69.3	16.5	40.6	9.6	12.0	10.7	9.6	
50代以上	308	67.6	15.2	38.5	3.2	4.2	5.2	6.8	

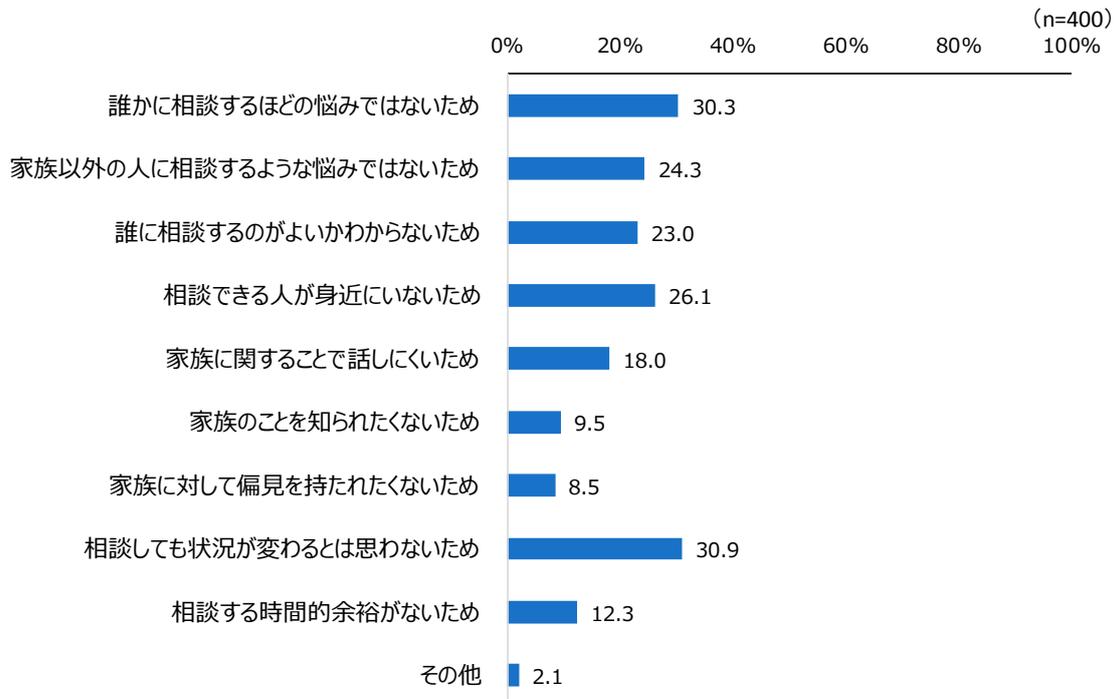
		(単位：%)							
	n数	医師や看護師、その他病院関係者	ホームヘルパーやケアマネジャー、福祉サービスの人	役所の人（自治体の保健センター等含む）	NPO法人等の支援団体の人	近所の人	SNS上での知り合い	その他	
10～20代	104	21.8	16.8	7.9	8.9	7.2	8.9	0.0	
30～40代	196	24.6	31.8	12.7	4.1	5.8	2.8	0.8	
50代以上	308	28.9	51.1	17.3	2.0	5.4	1.1	2.3	

31 なお、介護保険制度は65歳以上（第1号被保険者）で要介護・要支援の状態にある人と、40歳から64歳（第2号被保険者）で特定疾病により要介護・要支援の状態にある人が利用できる。

設問15. 相談したことがない理由

ケアを必要としている家族のことや、ケアの悩みを誰かに相談したことがない人について、相談したことがない理由で最も回答割合が高かったのは、「相談しても状況が変わると思わないため」(30.9%)、次いで「誰かに相談するほどの悩みではないため」(30.3%)であった。

図表 3-59：相談したことがない理由【MA】



年代別にみると、「10～20代」では「誰かに相談するほどの悩みではないため」が多く、「30～40代」では「相談できる人が身近にいないため」、「50代以上」では「相談しても状況が変わると思わないため」がそれぞれ最も高くなっている。

図表 3-60：年代×相談したことがない理由【MA】

		(単位：%)					
	n数	誰かに相談するほどの悩みではないため	家族以外の人に相談するような悩みではないため	誰に相談するのがよいかわからないため	相談できる人が身近にいないため	家族に関する話にくい	
10～20代	79	43.5	27.6	27.5	18.2	20.2	
30～40代	119	22.2	24.2	26.7	33.1	22.9	
50代以上	202	30.0	23.2	19.1	25.1	14.2	

		(単位：%)				
	n数	家族のことを知られたくないため	家族に対して偏見を持たれたくないため	相談しても状況が変わると思わないため	相談する時間的余裕がないため	その他
10～20代	79	7.2	9.5	22.6	15.3	0.0
30～40代	119	15.0	11.0	31.1	16.6	2.2
50代以上	202	7.2	6.7	34.1	8.7	3.0

職業別にみると、有職者では、「相談できる人が身近にいないため」「誰に相談するのがよいかわからないため」という回答が他と比べて高い傾向にあり、仕事を抱えながら相談先を探すことができていないことがうかがわれる。専業主婦（主夫）では、「相談しても状況が変わると思わないため」の回答割合が最も高かった。学生では「誰かに相談するほどの悩みではないため」との回答割合が最も高い一方で、「誰に相談するのがよいかわからないため」が次に高く、悩みがあっても相談できていない人が一定数いることが示唆されている。

図表 3-61：職業×相談したことがない理由【MA】

(単位：%)

	n数	誰かに相談するほどの悩みではないため	家族以外の人に相談するような悩みではないため	誰に相談するのがよいかわからないため	相談できる人が身近にいないため	家族に関することで話しにくい
有職者（フルタイム）	198	28.7	26.6	27.6	30.6	23.3
有職者（パート・アルバイト）	36	26.2	18.7	27.1	21.6	21.1
専業主婦(主夫)	47	16.3	27.8	18.2	22.8	16.4
学生	43	45.4	16.5	22.3	10.0	2.4
その他	76	36.7	23.3	12.7	27.9	12.4

(単位：%)

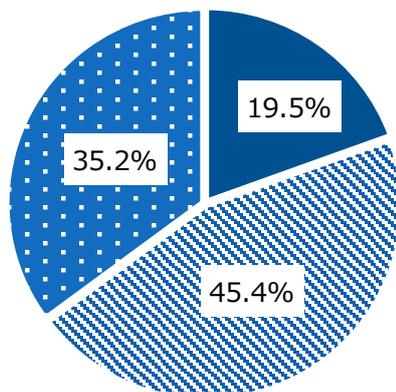
	n数	家族のことを知られたくないため	家族に対して偏見を持たれたくないため	相談しても状況が変わると思わないため	相談する時間的余裕がないため	その他
有職者（フルタイム）	198	11.6	9.7	28.1	13.2	2.0
有職者（パート・アルバイト）	36	11.9	7.3	32.7	20.3	0.0
専業主婦(主夫)	47	4.9	4.2	51.5	6.9	4.2
学生	43	2.4	6.5	19.9	14.9	0.0
その他	76	9.7	9.6	31.1	8.3	3.5

設問16. 自治体・NPO等によるケアラー支援施策の認知度及び参加/利用状況

自治体・NPO等によるケアラー支援施策の認知度や参加/利用状況は、「知っており、参加/利用したことがある」の回答の割合が19.5%、「知っているが、参加/利用したことはない」が45.4%、「知らなかった」が35.2%となっている。

図表 3-62：自治体・NPO 等によるケアラー支援施策の認知度及び参加 / 利用状況 【SA】

(n=1,007)



- 知っており、参加/利用したことがある
- ▨ 知っているが、参加/利用したことはない
- 知らなかった

年代別にみると、「知っており、参加/利用したことがある」との回答は「10～20代」が最も高く、「知っているが、参加/利用したことはない」との回答は「50代以上」が最も高くなっている。

図表 3-63：年代×自治体・NPO 等によるケアラー支援施策の認知度及び参加 / 利用状況 【SA】

(単位：%)

	n数	知っており、 参加/利用した ことがある	知っているが、 参加/利用した ことはない	知らなかった
10～20代	182	45.9	26.7	27.3
30～40代	315	21.5	42.6	35.9
50代以上	510	8.7	53.7	37.5

職業別にみると、「知っており、参加/利用したことがある」との回答割合が最も高かったのは「学生」(41.7%)であり、次いで「有職者(フルタイム)」(25.3%)であった。

図表 3-64：職業×自治体・NPO 等によるケアラー支援施策の認知度及び参加/利用状況【SA】

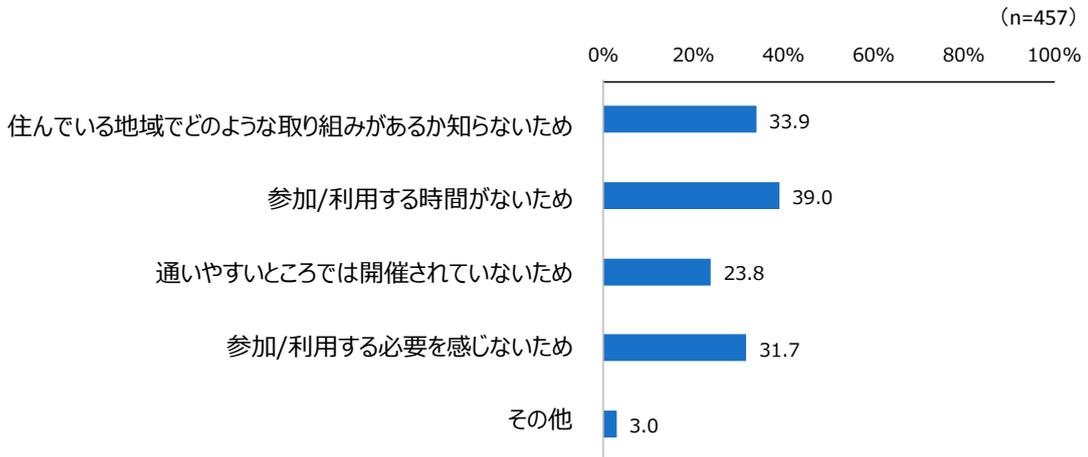
(単位：%)

	n数	知っており、 参加/利用した ことがある	知っているが、 参加/利用した ことはない	知らなかった
有職者(フルタイム)	509	25.3	40.7	34.0
有職者 (パート・アルバイト)	88	13.0	50.2	36.9
専業主婦(主夫)	165	9.3	53.5	37.2
学生	70	41.7	29.3	29.0
その他	175	6.5	55.2	38.2

設問17. 自治体・NPO等による支援について参加/利用していない理由

自治体・NPO等支援に参加/利用していない人について、参加/利用していない理由で最も回答割合が高かったのは、「参加/利用する時間がないため」(39.0%)、次いで「住んでいる地域でどのような取組があるか知らないため」(33.9%)、「参加/利用するの必要を感じないため」(31.7%)であった。

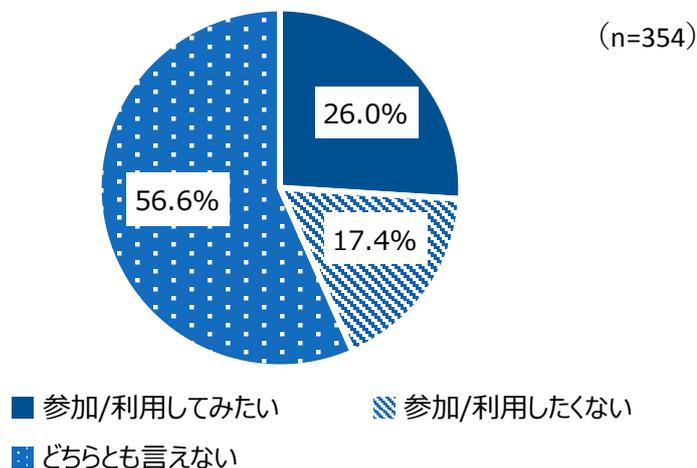
図表 3-65：自治体・NPO 等による支援について参加/利用していない理由【MA】



設問18. 支援について「知らなかった」と回答した人の支援の場への参加意向

自治体・NPO等によるケアラー支援を「知らなかった」と回答した人が支援の場に参加してみたいと思うかについて聞いたところ、「参加/利用してみたい」の回答の割合が26.0%、「参加/利用したくない」が17.4% 「どちらとも言えない」が56.6%となっている。

図表 3-66：支援の場への参加意向【SA】



年代別にみると、「10～20代」、「30～40代」の方で「参加/利用してみたい」との回答が多い。

図表 3-67：年代×支援の場への参加意向【SA】

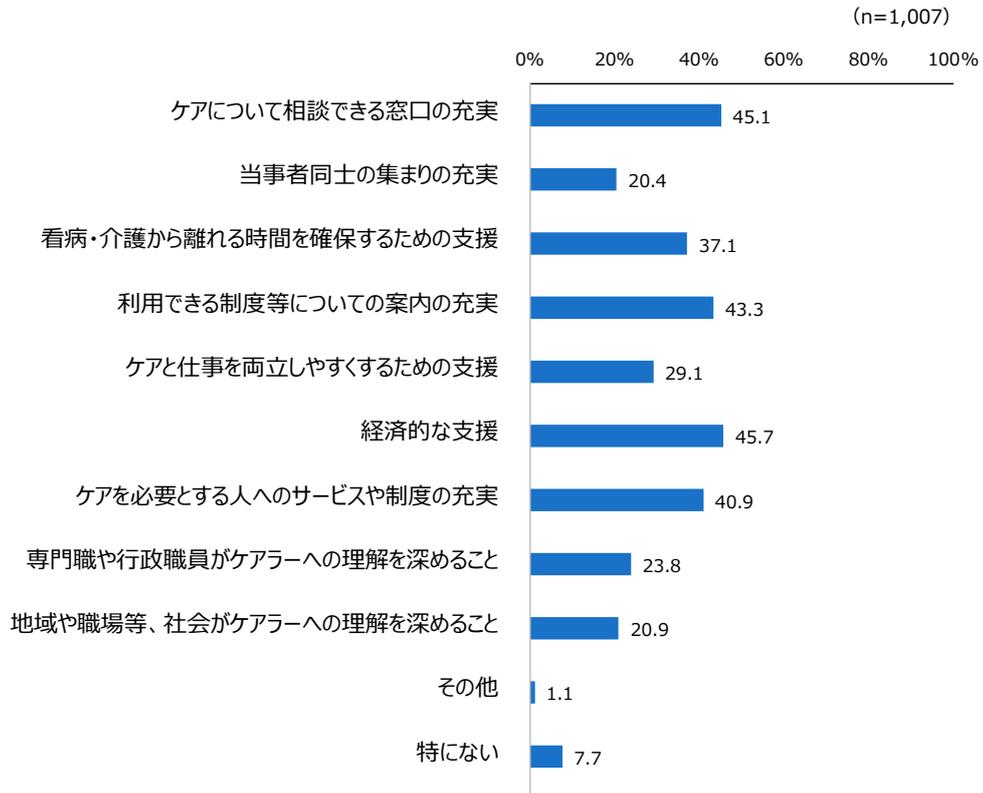
(単位：%)

	n数	参加/ 利用してみたい	参加/ 利用したくない	どちらとも 言えない
10～20代	50	31.9	11.9	56.2
30～40代	113	31.9	16.0	52.0
50代以上	191	21.0	19.6	59.4

設問19. 心や体に不調を抱える家族等のケアをする立場から、行政や支援団体、社会に期待する支援や変化

期待する支援や変化は、いずれの選択肢についても20%以上の回答者が選択しており、さまざまな支援や変化を期待していることがうかがわれる。特に回答割合が多かったのは、「経済的な支援」(45.7%)や「ケアについて相談できる窓口の充実」(45.1%)であった。

図表 3-68：行政や支援団体、社会に期待する支援や変化【MA】



年代別にみると、「10～20代」では「ケアについて相談できる窓口の充実」が、「30～40代」では「経済的な支援」、「50代以上」では「利用できる制度等についての案内の充実」を期待する意見が最も高かった。

図表 3-69：年代×行政や支援団体、社会に期待する支援や変化【MA】

(単位：%)

	n数	ケアについて 相談できる 窓口の充実	当事者同士の 集まりの充実	看病・介護から 離れる時間を 確保するための 支援	利用できる制 度等についての 案内の充実	ケアと仕事を 両立しやすくす るための支援	経済的な支援
10～20代	182	47.5	30.2	28.3	31.2	29.6	42.2
30～40代	315	48.6	27.2	39.8	43.2	36.3	52.8
50代以上	510	42.0	12.8	38.6	47.6	24.5	42.5

(単位：%)

	n数	ケアを必要とす る人への サービスや制度 の充実	専門職や行政 職員がケアラー への理解を 深めること	地域や職場 等、社会がケア ラーへの理解を 深めること	その他	特にない
10～20代	182	30.3	20.1	20.1	0.0	9.9
30～40代	315	37.5	27.1	22.6	0.6	5.3
50代以上	510	46.7	23.0	20.1	1.7	8.4

設問20. ケアの不安や悩み、ケアラーへの支援についての意見や行政や福祉関連団体等への期待についての自由記述

ケアについての悩みや不安等
今後もっとケアが必要になったとき、仕事と両立できるか、生活できる収入が確保できるか不安。
ケアを続けなければいつまで続くのかの不安もあるけど、終わるときは母親が亡くなるようなので終わってほしくない気持ちもあり葛藤している。
相談体制の充実を求める意見
気軽に相談できる場をもっと増やしてほしい。(複数意見)
行政の窓口や相談場所がばらばらなので、適合する窓口や相談窓口・福祉機関などを案内する統合窓口を設置してほしい。

個々の相談が長いのか窓口で長い時間待たされます。出直すには距離的に負担が大きく、待つしかない。ただ待つ間も、家に残した家族が気になって仕方がなく、良い方法があればいいと思う。
ケアの状況はそれぞれ違うと思うのでゆっくりと時間をかけて相談に乗ってくださる相談窓口があれば良い。
行政からの情報提供の充実を求める意見
自分の住んでいる自治体において、どのような制度・サービスが利用できるか分からないので、もっと周知してほしい。(複数意見)
こちらから行政や福祉関連のことを調べる余裕はないので、行政が保有している情報をもとに支援者側からアプローチがあるとありがたい。
ケアラーの集いの場(当事者が語り合う場)を求める意見
ケアをしている人が気軽に集まれて、話したり情報交換したりできる場所をもっと作ってほしい。
経験したことがある人でないと介護の過酷さは到底理解できないと思うので、経験者と話す機会がほしい。
ケアラーへの理解を求める意見
老老介護だったので、目に見えない、人には言えない苦労がある。地域社会にはそうした事情を抱える人がいることを十分啓発してほしい。
ケアを行って実感したことは身の回りの世話ではなく、愚痴などによる精神的な疲れが深刻である。親族などを切り離して、ケアラーに対する支援を行うことを期待する。
家庭内の事情だと思って相談することが恥ずかしいと考えているし、高齢者として仕方のないこととして片づけられている。各家庭の事情を理解してもらえるとありがたいと思う。
経済的支援を求める意見
金銭的な支援を期待している。(複数意見)
両親の面倒を見ながらの仕事なのでお金が貯まらず、私自身の老後の貯蓄ができない。
若いケアラーは金銭面や将来のことでものすごく不利な状態なので何らかの支援があればいいと思う。
その他行政に対する要望
困りごとがあっても行政に相談しても、相談内容によってさらに問合せや相談が必要になり手間と時間がかかる。行政が取りまとめて必要な支援をマッチングしてもらいたい。
障害児の介護は期間がずっと続くため職場に利用できる休暇の制度がない。障害のある子を育てている社員の前例がなく、療育などに通うのが大変だった。現在も有給休暇を無理矢理使いながら働いているが、子の送迎や病院などで使用できる休暇制度を整えてほしい。

今の介護制度は、同居者がいると利用できず、時間制約があり働きながら介護をするために十分なサービスを受けられない。要介護者やケアラーの現場の立場に深く寄り添って判断してほしい。

その他ケアラー支援に関する要望

ケアをしている人の心のケアをしてほしい。社会で孤立しないような取組も必要だと思う。

余計なお世話だという人にも常に声かけをしてあげてほしい。心が弱くなる瞬間が必ず訪れるから、めげずに継続的な声かけや見守りをしてほしい。

「間」の支援が必要と感じる。高齢者の場合要支援や要介護の認定は受けるに至らないが、ちょっとした体調不良のときに使えるサポートが行政にはない。結果家族が引き受けることになるが、高齢者自身が家族にそのサポートの責務を担わすことに抵抗感があり、手遅れになることがある。介護の手前の支援の充実が望まれる。